

Состав:

350-400г пенне

100г зеленого базилика

2 ст.л кешью

1-2 зубчика чеснока

5 ст.л. тертого сыра пармезан

100 мл оливкового масла Extra Virgin

соль

перец черный молотый

Рецепт пенне с соусом песто:

Пасту (пенне) отварить в подсоленной воде согласно инструкции на упаковке.

Орехи кешью обжарить на сковороде на среднем огне без добавления масла. Базилик и чеснок промыть и обсушить. Базилик, чеснок и обжаренные орехи кешью измельчить в блендере до однородной массы, посолить, поперчить, добавить тертый пармезан. Продолжая взбивать, влить оливковое масло.

Приготовленный соус добавить в горячую пасту (пенне). Перемешать.

Блюдо подавать горячим.

Приятного аппетита!

Полезная информация:

Итальянский соус песто в последнее время становится все более популярным. Песто - это приятный легкий соус с традиционным классическим итальянским ароматом орехов и трав.

Родиной соуса песто считается Генуя. Именно поэтому классический соус иногда еще

называют генуэзским песто.

Своим названием соус песто обязан способу его приготовления. Когда-то все ингредиенты соуса перетирались в ступке пестиком – отсюда и название.

Диетологи в один голос утверждают, что соус песто очень полезен.

Классический песто готовят из листьев базилика, чеснока, кедровых орешков, сыра твердых сортов типа пекорино или пармезан и оливкового масла первой выжимки (Extra Virgin). Однако в настоящее время появилось немало других рецептов соуса, в которых вместо кедровых орешков используют орехи кешью или грецкие, а вместо базилика - руколу, корн-салат, петрушку или мяту. На Сицилии в соус добавляют вяленные томаты – это так называемое pesto rosso (красное песто).