OLIO CUORE

Bastoncini di verdure con pesto ai semi di chia

Ingredienti

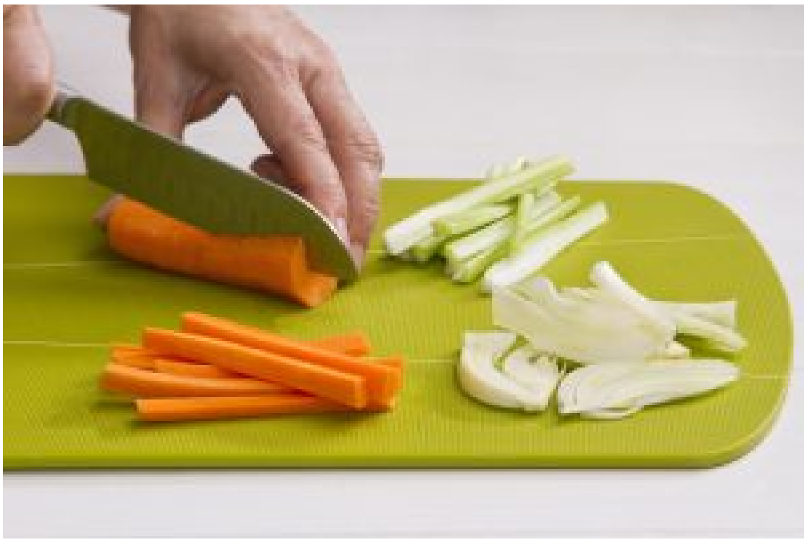
- 1 cuore di sedano
- 2 carote
- ½ cavolo viola
- 1 finocchio
- 10 g semi di chia
- 100 g **Pesto alla Genovese Cuore classico**
- qb semi di chia

- **Portata: Antipasti**
- **Tempo: 15''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 154 Kcal**
- **Grassi: 10.75 g**

Preparazione

- Mondare le verdure e pelare le carote.

- Tagliare tutte le verdure a bastoncino.



- Porre il **Pesto alla Genovese Cuore classico** in una ciotola.

Cuore
Pesto

- Unire i semi di chia e mescolare

Cuore
Pesto

- Servire le verdure in pinzimonio con semi di chia e il pesto ai semi di chia.

La ricetta è stata preparata con:

MANGIAR BENE E SENTIRSI IN FORMA
Cuore
COLESTEROLO
pesto alla genovese
CLASSICO

Pesto alla Genovese

MANGIAR BENE E SENTIRSI IN FORMA
Cuore
COLESTEROLO
pesto alla genovese
SENZA AGLIO

Pesto alla Genovese senza Aglio