ESPAGUETE DE CENOURA FIT

INGREDIENTES

4 cenouras médias (lavadas)

Molho de pesto:4 dentes de alho

1 colher (chá) de sal

1 xícara (chá) de folhas de manjericão, fresco

3 colheres (sopa) de castanha de cajú

100 g de queijo parmesão ralado

1/2 xícara (chá) de azeite

pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Utilize para cortar as cenouras um cortador de legumes espiral

Corte as cenouras com o cortador

Cozinhe por 3 minutos e escorra

Acrescente a espaguete em uma travessa branca

Coloque todos os ingredientes no processador ou liquidificador, e triture ate ficar homogêneo

Sirva com espaguete

Se precisar mais azeite, pode colocar

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/12838-espaguete-de-cenoura-fit.html