

MASSA INTEGRAL COM MOLHO PESTO LIGHT

INGREDIENTES

250 g de macarrão integral

2 maços de manjericão fresco

100 g de amêndoas ou nozes

4 colheres (sopa) de azeite

suco de 1 limão

3 dentes de alho grandes

300 ml de água quente

100 g de queijo parmesão

sal e pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe o macarrão até chegar ao ponto al dente e reserve.

Reserve a água quente.

Bata no liquidificador os demais ingredientes.

Processe até obter uma consistência cremosa e acrescente aos poucos a água até ficar com a consistência de molho.

Tempere o molho a gosto e despeje sob o macarrão.

Finalize com queijo ralado e está pronto para servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26138-massa-integral-com-molho-pesto-light.html>