

ESPAGUETIS DE CALABACÍN CON PESTO DE ALBAHACA

Ingredientes

3 o 4 calabacines verdes o amarillos
Tomates cherry

Ingredientes para el pesto

1/3 taza de nueces o almendras
1 1/2 taza de albahaca fresca
1/2 zumo de limon
2 dientes de ajo
sal marina
1/4 de taza aceite de oliva virgen

Ingredientes para parmesano vegetal

1/3 taza de nueces o anacardos
1 cucharada de levadura nutricional
Pizca de sal marina

Elaboración de los tomates chery

Ponemos los tomates en el horno con un chorro de aceite y un pizca de sal durante 40-45 minutos o hasta que estén caramelizados.

Elaboración del pesto

Añadir las nueces o almendras, albahaca, jugo de limón, ajo y sal marina a un procesador de alimentos o batidora de mano.
batir hasta que quede finamente integrado.
Iremos añadiendo el aceite de oliva hasta conseguir la textura deseada del pesto.
Probaremos y rectificaremos en caso necesario.

Elaboración del parmesano vegetal

Trituramos las nueces, anacardos o almendras con un mortero o en el procesador hasta que se queden rotos, mejor que no queden demasiado triturados.
Añadir la sal y la levadura nutricional.
Mezclar y lo podemos guardar para usarlo en ensaladas o sopas hasta una semana si lo guardamos en un recipiente de cristal.

Elaboración de los espaguetis

Prepararemos los espaguetis de calabacín con un spiralizer o un pelador de patatas.
Los colocamos en un recipiente y mezclamos con el pesto hasta que queden bien cubiertos.
Incorporaremos los tomates caramelizados y el parmesano vegetal al gusto.
Lo serviremos con unas hojas de albahaca.