

Pasta de nozes e azeitonas

Acrescente um colher (servir) de biomassa de banana verde

6 porções

Ingredientes

ou

100 gramas de noz

ou

100 gramas de azeitona verde em conserva

ou

2 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem (16 g)

ou

1/2 dente de alho, cru (2 g)

ou

1 unidade de limão tahiti cru, suco (60 g)

ou

sal rosa á gosto

Método de preparo

1

Hidrate as nozes por 3 horas.

2

Deixe as azeitonas de molho em água limpa para retirar o excesso de sal, lave as após.

3

Coloque no liquidificador, todos os ingredientes e bata até virar uma pasta, se precisar acrescente mais azeite.