

## VERANDER JE VOEDING, VERANDER JE LEVEN.

*Dntgiftend, goed voor darmflora, boost immuunsysteem*

### TOELICHTING

Heb jij, net als ik, verschillende keren tevergeefs geprobeerd om zelf een lekkere pesto te maken? Dit is het recept waar je naar op zoek was. Maak een grote hoeveelheid en vries in kleinere bakjes in.

Hij is heerlijk over een salade, door broccolirijst of bloemkoolrijst, over wat warme tomaten of een stukje vlees. De truc is om voor het groen niet alleen basilicumblaadjes, maar vooral ook rucola te gebruiken.

### ZO MAAK JE HET

Doe alle ingrediënten behalve citroensap en olijfolie in je keukenmachine. Laat deze flink draaien. Voeg vervolgens langzaam de basilicumolie erbij. Roer tot het de juiste dikte heeft. Wil je hem dunner, voeg dan wat water toe. Voeg tot slot naar smaak het limoensap erbij.

### DIT HEB JE NODIG

- 2 kopjes rucola
- 1 teentje knoflook, gesnipperd
- 75 gram parmezaanse kaas of oude geitenkaas
- 15 blaadjes verse basilicum
- 6 eetlepels olijfolie met basilicum
- 2 eetlepels pistachenootjes
- een eetlepel limoensap

