

Veggie Top Pesto

Yield : 7 portions

Ingredients

- 2 cups **radish top greens**
- 2 Tbs **walnut pieces** or other nuts
- 2 Tbs grated **Parmesan cheese**
- 1 large **garlic clove**
- 2 Tbs vegetable oil
- ½ tsp salt
- ½ tsp ground pepper



Nutrition Information

Serving Size: 3 Tablespoons

Calories: 54
Total Fat: 5g
Saturated Fat: 1g
Protein: 2g
Sodium: 180mg
Total Carbohydrates: 1g
Added Sugar: 0g
Fiber: 1g

Instructions

1. Place radish greens, walnuts, Parmesan Cheese , oil, garlic, salt and pepper into a food processor or blender.
2. Blend until smooth. Add to pastas, sandwiches or any dish of your choice

This recipe was made using radish greens but any greens will work. Try using carrot or turnip greens!

Pesto de Hojas de Vegetales

7 porciones

Ingredientes

- 2 tazas de **hojas de rábano**
- 2 cucharadas de **nueces** u otro tipo de nuez o semilla
- 2 cucharadas de **queso Parmesano** rallado
- 1 diente de **ajo grande**
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta en polvo



Información Nutricional

Tamaño de porción: 3 Cucharadas

Calorías: 54
Graso total: 5g
Graso saturado: 1g
Proteína: 2g
Sal: 180mg
Carbohidratos: 1g
Azúcar agregado: 0g
Fibra: 1g

Preparación

1. Coloque las hojas de rábano, nueces, queso, aceite, ajo, sal y pimienta en un procesador de alimentos o licuadora.
2. Procese o licúe hasta que esté homogéneo. Agregue a pastas, sandwiches o cualquier platillo de su preferencia.

Se puede utilizar cualquier "veggie top" que le gusta!

