



## Pesto di zucchini

### ズッキーニのペースト



#### 【材料】

ズッキーニ	200g (1本)
※アサクラEVO	110g
※コンチェントラートデルマーレ小さじ1/3	
パルミジャーノレッジャーノ	150g
ヘーゼルナッツ	30g
※アーモンドやカシューナッツ、クルミ、松の実 などナッツ類なら何でもOK	
バジルの葉	10g
※印はアサクラアイテム	

YouTube/アサクラ CHANNEL ライブクッキング vol.64 より

#### 【作り方】

(参考) 材料の分量は動画そのままの分量です。かなりイタリア人仕様です。●EVO は、ブレンダーが回るために必要ぎりぎりに様子を見ながら加え最初からたくさんオイルをいれない。また●チーズもかなり大量ですので、お好みの味(最低小さじ1程度でも)で味みしながら確認しながら加えてください。下記の作り方はオイルとチーズの量を極力少なくするためにアレンジしています。またかなりたくさんできるので全て半分の量でまずはお試しください

- 1) ズッキーニは洗って千切りまたはおろし金タイプでしりしりする
- 2) 千切りが出来たらボールに入れコンチェントを少々(分量外)まぶして少しそのままにし、水分を出す
- 3) ブレンダーを用意し、水気を絞ったズッキーニ、バジルの葉、ナッツ類を入れブレンダーにもよるのでEVOは分量全てを入れなくて様子を見ながら加えトロトロにする
- 4) 全てがトロトロになったらコンチェントと味をみてからお好みのパルミジャーノを加えさらにブレンダーを回して均一にする

(調理例) トーストしたパンに塗ってスプレッドとして、  
または茹でたパスタに和えてソースとして、またゆでたじゃがいものやインゲンに和えたり  
用途は工夫次第

※保存はタッパに入れ表面にラップをじかにしてから蓋をして冷蔵庫で2-3日以内に使い切る