



la cocina de Carolina

## PASTA CON PESTO DE ATÚN

La pasta con pesto de atún es un primer plato realmente bueno, práctico, rápido y muy satisfactorio, hay que decir que es apreciado por todos y se prepara en un momento, sólo hay que poner todos los ingredientes en la batidora y en el tiempo que se necesita para cocinar la pasta, nuestro pesto de atún está listo.

Un primer plato de pasta: fresco, sencillo, adecuado especialmente durante el verano, pero incluso en invierno debido a su conveniencia !!



### Ingredientes:

2 latas de atún (pequeño)

50/70 gr. almendras blanqueadas

Ajo medio diente (o más si quieres)

algunas alcaparras (1 cucharada)

anchoas (opcional)

aceite de oliva virgen extra c.s

sal y pimienta c.s.

perejil fresco (picado o en hoja)

### Preparación:

En esta preparación también hay un buen filete de anchoa, no me las puse, pero si te gusta, no exagere poner uno o dos a tu gusto con el pesto.

Luego, tome una licuadora y ponga, las almendras peladas y el ajo, yo sólo voy a poner la mitad de el ajo, pero el ajo es a discreción, si lo desea, también puede ponerlo todo, a continuación, añadir el atún privado de su aceite, alcaparras y anchoas si quieres, y añadir poco a poco el aceite de oliva, hasta que nuestro pesto no es agradable y mezclado.

Usted puede mezclar todo junto con la batidora de inmersión en el vaso, sazonar con sal y pimienta al gusto.

Luego escurrir la pasta, yo prefiero usar pasta corta como penne o rigatoni por lo que el pesto de atún combina a la perfección con la pasta, pero queda bueno también con espaguetis rústicos mezclar la pasta con el pesto de atún añadiendo un poco de agua de cocción, y sirven.

Como se ha visto, se prepara en un instante y es muy, muy bueno.

### Consejo:

Se puede servir como pasta fría, justo escurrir la pasta y agregue el pesto con atún y mezclar todo en un bol, añadiendo quizás algunos tomates cherry cortados en cuatro. También me gustaría añadir unas hojas de perejil fresco y/o picado.

### Buen provecho