



## Ingrediente 4 Portii

◆ = Kotányi Produkte

Pentru sos Miso:

2	Cepe eșalote (de apă), tocate mărunt
4	Căței de usturoi, presăti fin
2 linguri	Ulei de măslini
4	Morcovi mari, tăiați felii subțiri
500 ml	Apă
	◆ Sare de mare iodată
	◆ Piper negru boabe
3 linguri	Pastă Miso

Pentru pesto:

1 legatură	Frunze de morcovi
1 legatură	Usturoi verde
1	Cățel de usturoi, presat
1 coaja de lămâie	Coaja de lămâie
60 ml	Ulei de măslini
20 g	Parmezan dat prin răzătoare
	◆ Sare de mare iodată
2 linguri	Nuci de pin

# Paste cu morcovi și sos Miso

⌚ 50–60 Min. ◆ ◆ ◆

## Pregătire

- Se pregătește sosul. Se încinge uleiul într-o cratiță de mărime medie la foc mediu-mare. Se căesc ceapa și usturoiul aproximativ 5 minute. Se adaugă morcovii, apa, sare și piperul și se dă la fier, aproximativ 15 minute, până când morcovii sunt fragezi.
- Se scurge jumătate din apă de gătit. Se amestecă 3 linguri de pastă Miso (nu trebuie să se dizolve complet) și se lasă să se răcească 5-10 minute.
- Între timp, pesto-ul poate fi preparat din frunzele de morcov cu usturoiul verde. Se spală frunzele de morcov, se usucă, se îndepărtează părțile lemnoase ale tulpinii și se toacă grosier. Se spală și se toacă grosier usturoiul verde.
- Se pun toate ingredientele în blender și se amestecă până la un pesto cremos. Se condimentează cu sare și piper.
- Se fierb pastele în apă cu sare conform instrucțiunilor de pe ambalaj.
- Se întinde sosul cu legume peste paste și se ornează cu Pesto.

