

# La Comida Deliciosa

Recept – recipe - receta



## Sperziebonen met pesto en amandelen

Bijgerecht (4 personen)

25 minuten

### Pesto

- 25 g verse basilicum
- 1 teen knoflook, fijngehakt
- 2 volle el pijnboompitten
- 25 g Parmezaanse kaas, versgeraspt
- 5-6 eetlepels olijfolie

- 500 g sperziebonen
- 4 el pesto
- 2 el geschaafde amandelen

Doe de basilicum met steeltjes en de knoflook, pijnboompitten en Parmezaanse kaas in de blender en voeg 2 eetlepels olijfolie en wat zout en versgemalen peper toe. Pureer alles tot een rulle saus. Voeg geleidelijk meer olijfolie toe tot een smeuije saus.

Kook de sperziebonen in 5 – 7 minuten beetgaar. Rooster de amandelen in een droge hete koekenpan.

Giet de sperziebonen af. Meng de pesto erdoor en serveer de boontjes bestrooid met de amandelen.

Serveer met gestoomde rijst en gebakken vis.

## Green beans with pesto and almonds

Side dish (4 persons)

25 minutes

### Pesto

- 25 grams of basil
- 1 glove of garlic, chopped finely
- 2 full tbsp of pine nuts
- 25 grams Parmesan cheese, freshly grated
- 5-6 tbsp of olive oil

- 500 grams of green beans
- 4 tbsp of pesto
- 2 tbsp of shaved almonds

Put the basil with stems and the garlic, pine nuts and Parmesan cheese in the blender and add 2 tbsp of olive oil and some salt and freshly ground pepper. Puree all till a loose sauce. Add gradually more olive oil till a smooth sauce.

Cook the green beans in 5 – 7 minutes half-done. Roast the almonds in a dry hot frying pan.

Drain the green beans. Mix the pesto through it and serve the beans sprinkled with the almonds.

Serve with steamed rice and baked fish.

## Judías verdes con pesto y almendras

Entremés (4 persons)

25 minutos

### Pesto

- 25 gramos de albahaca
- 1 diente de ajo, picado fino
- 2 cucharadas lleno de piñones
- 25 gramos de queso Parmesan, rallado fresco
- 5 – 6 cucharadas del aceite de oliva

- 500 gramos de judías verdes
- 4 cucharadas del pesto
- 2 cucharadas de almendras cepillado

Hace la albahaca con peciolas y el ajo, piñones y queso Parmesaan en la licuadora y añade 2 cucharadas del aceite de oliva y algo sal y pimienta molido fresco. Tritura todos hasta una salsa ruelta. Añade gradual más aceite de oliva hasta una salsa cremosa.

Hierve las judías verdes en 5 – 7 minutos medio hecho. Tosta las almendras en un sartén seco y caliente.

Escurre las judías verdes. Mezcla el pesto por las y sirve las judías espolvoreado con las almendras.

Sirve con arroz al vapor cocido y pescado freído.