

Recipe

Name: **PESTO**

INGREDIENTS

1/4 cup walnuts

3 cloves of garlic

1 1/2 cups basil leaves

1/2 cup olive oil

Salt and pepper to taste

Juice of one lemon, optional to
prevent browning

COOKING DIRECTIONS

1. Place walnuts in a small skillet over medium heat; sauté for a few minutes, until fragrant.
2. In a food processor, combine walnuts, garlic, basil leaves, olive oil, and salt and pepper. Process until a coarse paste is formed.
3. Thin with additional water as needed.
4. Add lemon juice, if desired.
5. Serve over whole grain paste or spread on a sandwich or pizza.

GARLIC

SERVING & STORAGE IDEAS

Garlic can be stored up to two months in an open container, in a dark, cool place.

When preparing, peel off flaky skin. Keep in large chunks when adding it to long cooking meals (crockpots or roasts). You can also crush or mince garlic

A few things you can add garlic to are: soups, salsa, or roasted vegetables.

WASHINGTON COUNTY



OZAUKEE COUNTY

For more information visit: washozwi.gov/Harvest-Of-The-Month

Receta

PESTO

INGREDIENTES

1/4 taza de nuez de la India

3 dientes de ajo

1 1/2 tazas de hojas de albahaca 1/2 taza
de aceite de oliva

Sal y pimienta al gusto

Jugo de un limón, opcional para evitar el
enegrecimiento

MANERA DE HACERSE

1. Coloque las nueces en una sartén pequeña a fuego medio; saltee por unos minutos, hasta que suelte la fragancia
2. En un procesador de alimentos combine nueces, ajo, hojas de albahaca, aceite de oliva y sal y pimienta. Procese hasta que se forme una pasta gruesa.
3. Adelgace con agua adicional según sea necesario.
4. Agregue jugo de limón si lo desea.
5. Sirva sobre pasta integral o unte en emparedados o pizza.

AJO

USO SALUDABLE E IDEAS DE ALMACENAMIENTO

La albahaca es una hierba que se puede usar fresca o seca.

Guarde la albahaca en un frasco de vidrio con aproximadamente una pulgada de agua cubriendo los tallos, en la despensa.

Cubra el recipiente con una bolsa de plástico por hasta una semana.

Cuando se prepare, parta con las manos las hojas en los pedazos deseados.

* Usar un cuchillo para cortar puede magullar las piezas y dejarlas negras.

WASHINGTON COUNTY



OZAUKEE COUNTY

Para obtener más información visite: washozwi.gov/Harvest-Of-The-Month