



## Esparquete com Lulinhas Salteadas ao Pesto de Manjericão



### Ingredientes

- 1 emb. de Lulinhas Pescanova
- 250 g de esparquete
- 75 g de parmesão
- 5 c. de sopa de pesto de manjericão
- 4 c. de sopa de pinhões
- 1 dente de alho
- Manjericão q.b.
- Azeite q.b.
- Sal e pimenta preta q.b.



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Menos de  
15 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Preparação

1. Descongelar as lulinhas, passar por água fria corrente, escorrer bem, secar com papel absorvente e temperar com sal e pimenta preta;
2. Aquecer um fio de azeite numa frigideira antiaderente larga, juntar o alho picado finamente e logo a seguir as lulinhas. Saltear em lume alto 1 a 2 min.;
3. Acrescentar 2 c. de sopa de pesto de manjericão, envolver e cozinhar por mais 4 a 5 min.;
4. Cozer o esparquete em água com sal ao ponto al dente, escorrer, reservando 1 cháv. de café da água da cozedura. Juntar as restantes colheres de pesto ao esparquete cozido e envolver. Acrescentar a água da cozedura da massa, retificar temperos de sal e pimenta e envolver;
5. Tostar os pinhões numa frigideira antiaderente sem qualquer gordura.
6. Servir o esparquete com as lulinhas, lascas de parmesão, pimenta preta, os pinhões tostados e manjericão fresco.

## Produtos Associados



**Lulinhas**

500 g