



Receitinhas

# PASTA DE AZEITONA E ALCACHOFRA

## INGREDIENTES:

- 20 azeitonas pretas sem caroço
- 20 azeitonas verdes sem caroço
- 6-7 corações de alcachofra
- 2-3 colheres (de sopa) de alcaparras
- 3 colheres (de sopa) de salsa fresca picada
- Suco de 1 limão
- 1/4 colher (de chá) de sal, se necessário

## MODO DE PREPARO:

Coloque todos os ingredientes em um processador de alimentos e misture até ficar homogêneo. Você pode armazenar em um recipiente fechado por até 5 dias na geladeira





[www.vanessamigray.com.br](http://www.vanessamigray.com.br) 

[vanessamigraynutricionista](#)  

[nutricionista@vanessamigray.com.br](mailto:nutricionista@vanessamigray.com.br) 

