Итальянский соус песто (pesto) в последнее время становится все более популярным. Песто - это приятный легкий соус с традиционным классическим итальянским ароматом орехов и трав.

Родиной соуса песто считается Генуя. Именно поэтому классический соус песто иногда еще называют генуэзским песто.

Своим названием соус песто обязан способу его приготовления. Когда-то все ингредиенты соуса перетирались в ступке пестиком – отсюда и название.

Диетологи в один голос утверждают, что соус песто очень полезен.

Классический песто готовят из листьев базилика, чеснока, кедровых орешков, сыра твердых сортов типа пекорино или пармезан и оливкового масла первой выжимки (Extra Virgin). Однако в настоящее время появилось немало других рецептов соуса, в которых вместо кедровых орешков используют орехи кешью или грецкие, а вместо базилика - руколу, корн-салат, петрушку или мяту. На Сицилии в соус добавляют вяленные томаты – это так называемое pesto rosso (красное песто).

Как правило, соус песто подается к пасте (спагетти, фетучини, пене или другие виды макарон) или намазывается на хлеб. Кроме этого он может подаваться и к мясу, рыбе или курице.

Рецепты:

Соус песто классический

Соус песто с орешками кешью

Пенне с соусом песто

Спагетти с генуэзским песто