רכיבים:

1 סלק בינוני, מבשל וקלוף 1 שן שום 10 עלי בזיליקום 3 כפות שמן זית 60 גרם זרעי דלעת (בערך ½ כוס)
מלח ופלפל שחור

אופן ההכנה:

1. מכניסים את כל הרכיבים לקערת מעבד המזון ומרסקים למרקם גס.
2. טועמים ומתקנים תיבול. מכניסים למקרר.