



≡ RECETTE SALÉE ≡

PESTO À L'AIL DES OURS

⌚ 10 MINUTES

🕒 5 MINUTES

🍷 UN POT DE 200 ML

INGRÉDIENTS

50 g de feuilles d'ail des ours
25 g de parmesan
25 g de pignons de pin
25 g de poudre d'amande blanche
60 ml d'huile d'olive
25 à 30 ml d'eau
Sel et poivre, au goût

PRÉPARATION

Nettoyer les feuilles d'ail des ours et ôter les queues. Les sécher soigneusement.

Dans une poêle, faire griller les pignons de pin à sec durant 5 minutes.

Râper le parmesan.

Dans le bol d'un blender, réunir l'ail des ours, les pignons de pin grillés, la poudre d'amande, le parmesan et arroser d'huile d'olive. Saler, poivrer et mixer quelques secondes. Ajouter ensuite l'eau et mixer jusqu'à obtenir une texture lisse.

Goûter et rectifier éventuellement l'assaisonnement.

