

Sauce pesto d'ail des ours



QUANTITÉ

1 petit pot



PRÉPARATION

15 minutes



REPOS

Non



CUISSON

Non

CE QU'IL VOUS FAUT :

- 40 feuilles d'ail des ours
- quelques petites fleurs d'ail des ours (facultatif)
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3-4 cuillères à café d'ail des ours (à adapter selon vos goûts)



Rincez bien les feuilles et les fleurs d'ail des ours à l'eau.

Mixez (à l'aide d'un petit hachoir ou d'un mixeur) les feuilles et les fleurs d'ail des ours avec l'huile d'olive jusqu'à ce que les feuilles soient finement hachées.

Ajoutez le parmesan et mélangez bien.

Mettez dans un pot et conservez-le au frigo.

Vous n'avez plus qu'à l'utiliser comme de la sauce pesto classique.

Astuce : l'ail des ours cru est assez amer. Donc n'hésitez pas à le consommer cuit ou au moins à le faire chauffer au micro-ondes. Une fois chaud, le côté amer a disparu et c'est vraiment bon.