

Pesto d'ail des ours 2024

Pesto sauvage parfumé, délicieux qui ne prend que quelques minutes

Ingrédients

- 160 g ail des ours
- 50 g pignons de pin
- 5 cl huile d'olive vierge extra voire un peu plus
- 50 g parmesan ou pecorino romano râpé ou vieux rodez
- sel

Instructions

1. Laver les feuilles d'ail des ours et retirer le bas de la tige. Les couper en lanière puis les mettre dans le bol du mixeur avec le sel, les pignons et l'huile
2. Mixer par à-coups (afin de ne pas trop chauffer) puis ajouter le fromage. On doit obtenir un ensemble pâteux, plus ou moins homogène. Si trop sec ajouter encore un peu d'huile.
3. Consommer de suite ou conserver au frais, dans un pot, recouvert d'huile d'olive et de film alimentaire au contact.

Conseils :

Conservation : au frais, bien recouvert d'huile comme indiqué, il se conserve bien trois jours. Vous pouvez aussi le congeler (dans des bacs à glaçons par exemple).

Comment utiliser le pesto ? Avec des pâtes bien sûr, dans un risotto, sur une pizza ou focaccia, une tartine, dans une quiche, une pâte à pain, une soupe, des toasts ...

Et les feuilles vous pouvez les mettre dans une salade, une soupe, les sauter comme des épinards, ou en parfumer un beurre.