

PACK « RECETTES A L'AIL DES OURS »

Pesto d'ail des ours à l'huile d'olive

Temps de réalisation : 15 minutes

A conserver plusieurs mois au frais

100 g feuille d'ail des ours
5 g sel fin de mer non raffiné
80 g huile d'olive

*Laver soigneusement les feuilles d'ail des ours puis les essorer. Mixer les feuilles d'ail des ours avec le sel. Une fois bien mixés, ajouter l'huile d'olive et mixer jusqu'à l'obtention d'un pesto homogène. **VEILLER A BIEN RESPECTER LES PROPORTIONS** car ce sont les quantités de sel et d'huile qui permettent la conservation sur plusieurs mois. Mettre en pot en verre en tassant bien, si besoin couvrir d'huile d'olive afin d'éviter le contact avec l'air, mettre le couvercle. Conserver au frais plusieurs mois.*

Dégustation : sur les légumes, les céréales, les pâtes, les soupes, les pommes de terre et les crudités.
En sauce à tremper également, à tartiner...

Astuce : au moment de le déguster vous pouvez l'ajouter à du houmous par exemple, ajouter un zeste de citron...