

Pesto de fanes

sauce plaisir à consommer de temps à autre

Ingrédients pour un petit bol

- Un petit saladier de fanes (carotte, radis, navet...), les préférer bio elles contiendront moins de pesticides
- 60g de parmesan ou de la poudre de noisette
- 5 cuillères à soupes d'huile de votre choix
- 2 gousses d'ail
- Épices et assaisonnement au choix selon vos envies : Sel, poivre, basilic, persil, ciboulette...

Préparation 30 minutes

- Laver les fanes et les essorer
- Éplucher les gousses d'ail, les couper en deux et enlever le germe au milieu puis les couper en gros dés
- Râper le parmesan (vous pouvez utiliser du parmesan déjà râpé)
- Mixer très finement les fanes, l'ail et l'huile d'olive pour obtenir une pâte
- Ajouter le parmesan ou la poudre de noisette
- Mélanger et verser dans un pot qui se ferme
- Veiller à bien tasser votre pesto pour qu'une fine pellicule d'huile le recouvre pour qu'il ne sèche pas
- Conserver au frais

Accompagnement

- Cette sauce accompagne parfaitement les pâtes, le riz, les poissons ou elle peut être utilisée en simple tartinade..

Diétôdélices