

Fées Mains by Marjorie



Pesto de k ale aux amandes et noisettes :

Les ingrédients : 150g de feuilles de k ale – 30g de noisettes d cortiqu es – 30g d'amandes d cortiqu es – 40g de parmesan râpé – 10cl d'huile d'olive – 2 pinc es de sel

Détacher les feuilles de la tige de chaque branche de k ale en les arrachant   la main (la tige est trop dure pour être mang e). Laver et essorer les feuilles de k ale comme des feuilles de salade.

Déposer 100g de feuilles de k ale dans un mixeur avec tous les ingrédients.

Mixer jusqu'  l'obtention d'une purée homogène.

Ajouter un peu d'huile d'olive si besoin et saler   votre convenance.

Le pesto peut se garder quelques jours au congélateur ou être congelé.

F es Mains by Marjorie
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>