

PESTO AUX FANES DE CAROTTES

INGRÉDIENTS

les fanes d'une botte de carottes bio
(sans les tiges)

2 poignées de noix de cajou

1 poignée de graines de courge (facultatif)

1/2 c.à c. de gros sel

1 gousse d'ail

Quelques grains de poivre noir

2,5 cl d'huile végétale
(olive, courge, noix, etc.)

5 cl d'eau plate

Ingrédients pour 2 personnes

PRÉPARATION

- Lavez les fanes des carottes et disposez-les dans votre mixeur.
- Ajoutez l'ail, les noix, les graines, le sel, le poivre et l'huile végétale.
- Mixez le tout.
- Ajoutez en plusieurs étapes l'eau jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.

ASTUCE

Vous pouvez remplacer l'eau par une demi-courgette cuite (avec sa peau si elle est bio), vous obtiendrez ainsi un pesto encore plus onctueux et léger.