



Spaghetti de courgette au pesto d'ail d'ours.

Ingrédients pour 4 personnes :

3 fines courgettes
1 càs d'huile d'olive

Pour les pesto d'ail d'ours :

20- 30 feuilles d'ail d'ours
100g de parmesan
1 filet de jus de citron
une poignée (50g) de pignons de pin ou de noix de cajou
80 ml d'huile d'olive

Préparation :

1. Râpez les courgettes en spaghetti avec une mandoline.
2. Dans une poêle, faites revenir les courgettes dans l'huile d'olive.
3. Préparez le pesto d'ail d'ours.

Mixez tous les ingrédients ensemble en ayant au préalable bien laver et sécher les feuilles d'ail d'ours.

Une idée de présentation avec des tagliatelles fraîches et un morceau de rosbif.
Pour plus d'originalité, saupoudrez le tout de noix de cajou râpé.

Bonne dégustation

