

LA RECETTE du LUNDI



pesto aux amandes

apéro



INGRÉDIENTS

- 100 g d'amandes entières (brutes ou émondées, au choix)
- 50 g de parmesan râpé
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet de basilic frais (env. 50 g)
- 100 ml d'huile d'olive de Crète Comptoir des Arômes
- 1/2 citron (facultatif)
- 1/2 c. à café de fleur de sel au piment d'Espelette
- 1/2 c. à café de poivre sauvage de Madagascar

 Pour 4 à 6 personnes



PRÉPARATION :



1. Griller les amandes

- Dans une poêle sèche, fais torréfier les amandes 5-6 min à feu moyen. Remue sans cesse pour qu'elles ne brûlent pas. Laisse-les refroidir complètement.
- 💡 Conseil : la torréfaction est cruciale pour booster le goût et donner ce côté « noisette » au pesto.

2. Mixer les ingrédients secs

- Dans un robot, ajoute les amandes grillées, le basilic lavé et séché, le parmesan, les gousses d'ail, la fleur de sel et le poivre. Mixe jusqu'à obtention d'une texture sableuse.

3. Incorporer l'huile

- Ajoute l'huile d'olive en filet, tout en mixant. Le pesto va devenir crémeux. Si tu l'aimes plus lisse, ajoute un filet d'eau ou un peu plus d'huile.
- Ajoute un trait de jus de citron si tu aimes une pointe d'acidité.

4. Goûter et ajuster

- Teste la texture et l'assaisonnement. Plus de sel ? Un poil plus d'ail ? Tu es aux commandes.

5. Conserver

- Verse dans un bocal hermétique, recouvre d'une fine couche d'huile pour éviter l'oxydation. À conserver au frigo jusqu'à 7 jours.

Conseil gourmand :

- Amandes brutes (avec peau) : goût plus rustique et intense, texture plus granuleuse.
- Amandes émondées (sans peau) : saveur douce, pesto plus homogène.
- Tu peux aussi ajouter une touche de zestes de citron confit pour un twist méditerranéen.
- Remplace le basilic par de la roquette ou des fanes de carottes pour une version zéro déchet.

