

LES RECETTES DES HERBETTES

Décembre 2024

PESTO DE CHOUCROUTE



Ingrédients :

- 1 poignée de choucroute
- 1 poignée de graines de tournesol
- Huile d'olive

Moudre les graines de tournesol (vous pouvez les tremper dans l'eau quelques heures avant, ça va rendre votre pesto plus onctueux). Presser bien avec votre main la choucroute pour enlever son jus et mettre dans un mixer avec les graines de tournesol moulues. Tourner le mixer jusqu'à réduire la choucroute en petits morceaux et que la masse devienne assez homogène. Ajouter 1-3 cuillères à soupe de l'huile selon votre goût pour obtenir la texture d'un pesto.

Ce pesto sain et original se déguste avec des bâtonnets de légumes. Il est aussi super à tartiner sur du pain ou des rondelles de légumes !

Amusez-vous : coupez avec un emporte-pièce des sapins dans des tranches de concombre et décorez-les de ce délicieux pesto. Vous aurez un chouette apéro de Noël qui préparera la digestion de la suite du repas, grâce aux probiotiques contenus dans la choucroute !

Et pssst.... avec de la choucroute maison, c'est encore meilleur !!!! Il est encore temps de contacter Vaida pour qu'elle vous apprenne à la faire.

Joyeuses Fêtes !