



MOUSSE DE BETTERAVES ET PESTO D'AIL DES OURS

Recette réalisée par Isabelle de Saint-Herblain

MOUSSE DE BETTERAVES

INGREDIENTS

Betteraves (cuites)
Fromage de chèvre
Graines de tournesol
Poivre

DIRECTIONS

Mixer les betteraves. Ajouter les graines de tournesol et le fromage de chèvre à votre convenance. Mixer jusqu'à obtenir une texture semi épaisse. Assaisonner. Dresser dans des verrines, accompagner de quelques cracottes. Servir très frais.

PESTO D'AIL DES OURS

INGREDIENTS

Ail des ours (récolte au
mois de mars/avril)
Vinaigre blanc
Graines de tournesol
Huile d'olive
Parmesan

DIRECTIONS

Laver (au vinaigre blanc), équeuter et sécher l'ail des ours. Ensuite mixer ail des ours, parmesan, graines de tournesol et huile d'olive. Mettre dans un pot hermétique. Conservation : ajouter un filet d'huile d'olive sur la surface du pesto pour une meilleure conservation.