



## Pesto savoureux d'égopode

par Elisabeth Menzel

### Pour 2 à 4 personnes :

- 2 bonnes poignées d'égopode (ou de persil plat)
- 1 petite gousse d'ail
- 4 c. à s. de pistaches décortiquées (ou de pignons de pin grillés)
- 1 c. à c. de zeste de citron bio
- 6 c. à s. d'huile d'olive douce pressée à froid
- Sel
- Sirop d'agave
- Poivre blanc
- Un peu de parmesan selon vos envies

Laver et essorer l'égopode. L'effeuiller et éliminer, le cas échéant, les tiges dures. Éplucher et hacher l'ail. Réduire tous les ingrédients en purée, hormis les épices, à l'aide d'un robot de cuisine ou d'un mixeur plongeant. Assaisonner avec du sel, du poivre blanc et un trait de sirop d'agave. Si vous préférez le pesto plus liquide, ajoutez tout doucement un peu de bouillon de légumes.

Recouvert d'un peu d'huile et placé dans un bocal fermé, le pesto se conserve plusieurs jours au réfrigérateur. Ce pesto à l'égopode est un compagnon délicieux pour les asperges et les pommes de terre nouvelles, mais aussi le pain, les légumes cuits à la vapeur ou les pâtes.

### Bon appétit !

À propos d'Elisabeth Menzel :

Elisabeth Menzel est spécialiste des herbes sauvages comestibles et consultante en nutrition à base d'aliments crus. Au sein de WALA, cette pro de la communication rédige des textes pertinents qui rendent nos magazines et nos brochures particulièrement intéressants à lire, sans oublier ses recettes savoureuses.

