

Recette : pesto de carotte

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations**

Band (Jahr): - **(2017)**

Heft 91

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Nutzungsbedingungen

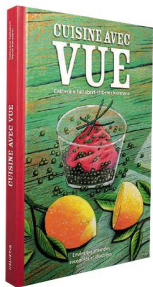
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Cuisine avec vue

Un livre de cuisine original pour nos lecteurs avec des recettes proposées par Catherine Fattebert, animatrice et productrice à la RTS, dans son premier ouvrage gourmand intitulé **Cuisine avec vue** (Editions Helvetiq), joliment illustré par Denis Kormann.



PESTO DE CAROTTE

« Un pesto pour se changer en lapinou, qui peut aussi se servir en dip à l'apéro »

Plat pour 4 à 6 personnes

INGRÉDIENTS

- 500 g de pâtes
- 4 carottes, bio si possible
- 50 g de noix de cajou
- 100 g de parmesan râpé
- 1 orange bio
- 1 citron bio
- 2 cubes de bouillon de légumes
- 1 bouquet d'herbes de votre choix (persil, origan, ciboulette, roquette)
- 3 cs d'huile d'olive
- Sel, poivre

PRÉPARATION

Pelez quatre carottes. Remplissez une casserole d'eau pour cuire les pâtes, ajoutez deux cubes de bouillon. Lavez à l'eau chaude un citron bio, puis prélevez le zeste (sans entamer la peau blanche qui est amère). Coupez deux carottes en rondelles et faites-les cuire dans le bouillon. Sortez les morceaux de carottes quand ils sont tendres. Réservez-les et, surtout, gardez votre bouillon qui servira à cuire vos pâtes. Mettez vos carottes cuites dans le bol du mixeur. Ajoutez deux

carottes crues coupées en rondelles, un bouquet d'herbes, le zeste du citron. Pressez le citron et une orange bio, versez leur jus dans le mixeur. Ajoutez 50 g de noix de cajou (que vous aurez grillées à sec), 100 g de parmesan, 3 cs d'huile d'olive, du sel et du poivre. Mixez pour obtenir une purée assez fine avec des petits morceaux. Goûtez, rectifiez l'assaisonnement si besoin. Cuisez 500 g de pâtes al dente dans le bouillon, puis servez-les accompagnées de votre pesto.

