

PESTO DE FANES DE RADIS AUX NOISETTES

NIVEAU
Facile

TEMPS DE PRÉPARATION
10 Mn

POUR
4 Personnes

Ingrédients

- 100 g de fanes de radis
- 1 à 2 gousses d'ail
- 100 g de noisettes
- 50 g de parmesan
- 2 à 3 càs d'huile de noix
- Sel ou gomasio de sésame

Par

Cybèle PELAGE

Diététicienne-Nutritionniste



LES ÉTAPES

- 1.** Laver et hacher les fanes de radis.
- 2.** Au mixeur :
 - Mixer les fanes de radis hachées avec l'ail, le parmesan, les noisettes, l'huile et le sel jusqu'à obtention d'une pâte.Au mortier :
 - Ecraser l'ail et le sel jusqu'à obtention d'une pâte
 - Ajouter les noisettes, le parmesan et l'huile, écraser à nouveau jusqu'à l'obtention d'une pâte
 - Ajouter pour finir les fanes de radis hachée et écraser les délicatement jusqu'à obtention de la texture souhaitée.
- 3.** A tartiner sur des galettes aux graines, avec des rondelles de radis et un filet de citron.