



## Spaghetti de courgettes crues au pesto ail des ours et ses Rosettes de Tête de Moine AOP

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Recette pour 4 personnes

### Ingrédients

- 5 courgettes moyennes

*Pour le pesto ail des ours*

- 75 g de noix de cajou (préalablement trempées dans l'eau 2h00 avant)
- 1/2 bouquet d'ail des ours frais ou basilic à défaut
- 5 c. à s. d'huile d'olive
- 5 cl d'eau
- 1 filet de jus de citron
- 1 gousse d'ail (facultatif)
- Sel, poivre

*Pour le dressage*

- 8 belles Rosettes de Tête de Moine AOP
- des noix de cajou
- des feuilles de basilic ou des graines germées

1. Dans le bol de votre mixeur, ajoutez les noix de cajou égouttées, l'ail des ours lavé, l'eau, l'huile, le jus de citron et la gousse d'ail pelée.
2. Mixez finement, ajoutez de l'eau si la sauce semble trop épaisse.
3. Salez et poivrez.
4. Préparez les spaghettis de courgettes en épluchant les courgettes à l'aide d'une mandoline à julienne.

5. Dressez vos assiettes, en mettant les spaghettis de courgettes.

6. Creusez un petit nid pour y versez la sauce pesto ail des ours puis déposez les belles Rosettes de Tête de Moine AOP sur les assiettes.

### **Astuces**

Mélangez le pesto aux spaghetti, et laissez reposer 1 heure au frais, pour bien imprégner les courgettes.

Il vous reste du pesto ? Pas de panique ! Versez-le dans un petit bocal au réfrigérateur, arrosez d'un filet d'huile d'olive et votre pesto se garde 1 bonne semaine.

© Recette et stylisme : Alexia Janny Chivoret – Visuel : Pierre Chivoret pour La Tête de Moine AOP