



# PATES

## au Pesto d'Asperges vertes

Temps préparation : 20 mn

Temps de cuisson : 10 mn

Ingrédients : pour 4 personnes

- 300g de pâtes (du type Trofie Liguri de BARILLA ou Orzo - petites pâtes en forme de grains de riz-)
- 1 botte d'asperges vertes
- 70g de parmesan frais
- 40g de noix de cajou (*nature ou salée au choix*)
- 50g de pousses d'épinards
- Le zeste et le jus d'un petit citron bio
- 3 c.à soupe d'huile d'olive bio
- 1 ou 2 gousses d'ail nouveau
- sel, poivre.

Matériel : 1 mixeur, 1 testeur

### PREPARATION

1 – Porter à ébullition une grande quantité d'eau salée et plonger les asperges pendant quelques minutes. En fin de cuisson, elles doivent être tendres. Egoutter. Couper les pointes d'asperges et les réserver.

2 – Préparation du Pesto : mixer à grande vitesse les queues des asperges cuites, le parmesan, l'ail, les pousses d'épinard, les noix de cajou avec le jus de citron et l'huile d'olive. Le Pesto doit être bien onctueux. Rectifier l'assaisonnement si besoin. Réserver.

3 – Cuire les pâtes dans une grande quantité d'eau salée. Egoutter.

### ... A TABLE

Mélanger le Pesto aux pâtes. Disposer les pointes d'asperges vertes sur le dessus avec quelques copeaux de parmesan. Saupoudrer de zeste de citron. Bon appétit.