

[Recette rapide] Courges pommes d'or au pesto de chou kale



“ Dans un des coins du salon, j’ai un panier rempli de courges du jardin. Les presque dernières pommes d’or ont dû sentir le pesto de chou kale ! La chair de ces courges est filandreuse comme celle de la courge spaghetti. Très bonne association. ”

Les Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 courges [pommes d’or](#)
- 4 c. à soupe de [pesto de chou kale](#)
- 8 noix de cajou
- ½ [citron](#)
- Du parmesan
- Huile d’olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Coupez les courges pomme d’or en deux. Épépinez-les. Faites-les cuire à la vapeur entre 10 à 15 minutes.

Déposez une cuillère à soupe de pesto chaud dans chaque demie-courge.

Décorez de tranchettes de citron, de noix de cajou et de copeaux de parmesan... et un léger filet d’huile d’olive.

Et Que Dire De Plus ?

→ Ces petites courges ont été servies avec des spaghetti quinoa-tomate et un tombé d’épinards au poireau et à l’ail (*que je n’ai pas photographié*).

→ La recette de [Pesto de chou kale aux noix de cajou, parmesan et citron](#)... recette initialement puisée sur le blog On dine chez Nanou de Anne Desplancke Chavet : [Pesto de kale, noix et citron](#) !

→ Remplacez la courge pomme d’or par de la courge spaghetti.

→ Tout savoir sur le [chou kale \(chou vert ou chou frisé\)](#)...