

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Feuilles d'ail des ours	25 gr (bien que "tiges" et fleurs soient également utilisables)
Noisettes	45 gr
Huile d'olive	45 gr
Parmesan rapé	45 gr
Sel, poivre	

Préparation

1. Préparer les ingrédients : rincer, éponger les feuilles (+ "tiges" et fleurs) d'ail des ours. Râper le parmesan.

2. Assembler tous les ingrédients dans un récipient et mixer le tout. Rectifier en ajoutant l'un ou l'autre ingrédient suivant le résultat souhaité. Saler et poivrer généreusement.

3. NB: Il est possible d'adoucir la préparation et de détendre sa consistance en ajoutant du fromage frais
