

Ingrédients pour 1 pot

Ingrédient	Quantité
feuilles d'ortie	4 poignées
ail	1 gousse
Amandes	50 gr
miso blanc	1 c. à s.
jus citron	1 c. à s.
Huile d'olive	100 ml
levure maltée	2 c. à s.
sel, poivre, piment	(selon le goût)

Préparation

1. Torréfier les amandes 15 min au four à 160 °C.

2. Eeffeuiller et laver les orties puis les sécher avec un essuie.

3. Mixer tous les ingrédients pour obtenir une belle texture. Ajouter de l'huile si nécessaire.
