

LA CAPUCINE



Pesto de capucines

Mixer ensemble :

200gr de feuilles

3 gousses d'ail

100gr de pignons de pin

1 petite tasse d'huile d'olive

(sel)

*** On peut remplacer la capucine par de la roquette, de la coriandre, des fanes. du plantain...*

On peut mélanger ensemble divers ingrédients (plantain+oseille+roquette)...

On peut remplacer les pignons par des noix, des noisettes, des graines de tournesol...

Boutons au vinaigre

Saupoudrer de sel fin des boutons et laisser dégorger une bonne heure, puis enlever le sel. Mettre dans des petits pots et arroser de vinaigre de cidre bouillant jusqu'à recouvrir, attendre au moins 8 jours avant de consommer .

Ces boutons de capucine, confits au vinaigre sont un condiment ensoleillé de toutes les saisons !