

CHAUD FROID DE PÊCHE AU PISTOU D'OSEILLE

Une recette inspirée de Jessica Préalpato (Livre « Soigner son assiette pour mieux vivre durant un cancer, P Pouillart, 2024, Ed Privat)

Image not found

https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/194/thumbnails/4_Jessica.jpg

Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 4 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (4 personnes)

- 1 petite boîte de sorbet à la pêche
- 4 pêches fraîches
- 1 càs miel
- 1 càc d'huile d'olive
- 150 g de feuille d'oseille
- 50 g d'amandes en poudre
- 1 citron jaune Bio
- Sel, poivre

Préparation

Peler et tailler les pêches en 8 segments chacune

En réserver la moitié au frais

Rôtir les autres segments dans un peu de miel et d'huile d'olive

Colorer chaque face et réserver

Pour le pistou, mixer les feuilles d'oseille avec l'huile d'olive l'amande et le jus de citron

Pour le dressage, dans une assiette creuse déposer le pistou d'oseille

Ajouter les pêches fraîches et rôties, puis le sorbet

Zester de citron jaune