

Voici une recette respectueuse de l'environnement de la série  
«**Recettes pour le climat**» de Greenpeace Suisse et de tibits.

# PESTO D'ORTIES

Personnes: 4

Temps de préparation: 30 minutes

## INGRÉDIENTS

**600 g** d'orties

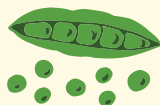
**800 g** d'huile d'olive

**20 g** de sel marin

**60 ml** de jus de citron  
fraîchement pressé

## PRÉPARATION

Laver soigneusement les orties, puis les hacher grossièrement. Retirer les tiges trop grandes. Mixer finement avec l'huile d'olive, le sel marin et le jus de citron.



# RISOTTO D'ORGE AUX PETITS POIS ET ORTIES

## INGRÉDIENTS

**250 g** d'orge perlé

**30 ml** d'huile de colza

**350 g** de petits pois  
(frais ou surgelés)

**100 g** d'oignons nouveaux

**1** feuille de laurier

**200 ml** de bouillon

**300 ml** de crème à sauce  
végétale

**100 g** de pesto d'orties

**5 g** de levure noble

$\frac{1}{2}$  citron

Sel marin et poivre du moulin

## PRÉPARATION

Couper les oignons printaniers en rondelles.

Cuire l'orge perlé selon les instructions notées sur l'emballage dans de l'eau salée puis égoutter.

Entre temps, chauffer l'huile de colza dans une casserole, ajouter les oignons nouveaux, les petits pois et la feuille de laurier et faire suer à feu doux. Ajouter l'orge perlé égoutté encore chaud et étuver brièvement.

Ajouter le reste des ingrédients, porter à ébullition puis cuire à feu doux jusqu'à l'obtention d'un risotto crémeux. Assaisonner avec du sel, du poivre et du jus de citron fraîchement pressé.

**GREENPEACE**