

Tartinade du sud

écrit par Pariseyn | 6 mai 2024



Cette tartinade sent bon l'été, la Méditerranée, les wraps, la focaccia et les légumes grillés. C'est la cinquième et dernière base proposée par David Zudas pour nos sandwiches préférés. Et celle-ci est particulièrement savoureuse !

Ingrédients, pour 4 à 5 sandwiches :

150 de fromage frais de vache type St Moret

75 g de concentré de tomates (2 cuillères à soupe)

12 g d'huile d'olives (cuillère à soupe)

50 g d'olives noires dénoyautées (environ 20 olives)

4 belles tranches de courgette grillée (environ 75 g)

Laver et couper la courgette en lanières assez épaisses.

Les faire griller doucement sur une poêle gril ou au barbecue.
Mixer les tranches au mixeur équipé de la lame en S.





Mélanger tous les ingrédients dans un bol pour obtenir une pâte souple mais pas nécessairement lisse.

Cette base peut se décliner en fonction de ses envies :
poivrons grillés, aubergines grillés...

Et de son imagination...