

Petits tartares de courgettes au fromage frais

Préparation : 15 min attente 1h

Pour 4 personnes :

4 petites courgettes bien ferme bio

1 citron non traité

1 oignon nouveau

1 gousse d'ail

300g de fromage frais (feta, chèvre, brousse)

1 piment rouge frais (facultatif)

5 cl d'huile d'olive, sel poivre

Préparation

1. Pelez et hachez l'ail et l'oignon. Mélangez-les bien avec le poivron en morceaux, le zeste du citron râpé, son jus, l'huile, du sel et du poivre.
2. Découpez les courgettes et le fromage en petits dés en même dimension. Versez la préparation précédente et mélangez très délicatement. Réservez 1h au réfrigérateur. Répartissez dans 4 verrines et servez.

Gâteau de noix

Préparation 15 min. cuisson 30 min.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée

4 œufs

100 g de beurre

2 c à soupe de rhum

150 g de noix broyée

100g de sucre

2 c. à soupe de crème fraîche

Technique

1. Dans un saladier mélanger les jaunes d'œufs au beurre ramolli, le sucre, la crème les noix et le rhum. Monter les blancs en neige et les incorporer à la pâte.
2. Garnir un moule à tarte avec la pâte feuilletée. Verser la préparation et faire cuire 30 min à 180°C (th. 6)