

LA RECETTE du LUNDI



tartare de courgette au citron confit et piment d'espelette

plat



INGRÉDIENTS

- 4 petites courgettes fermes (bio si possible)
- 1 c. à soupe de citron confit Comptoir des Arômes (haché très finement)
- 1/2 c. à café de piment d'Espelette Comptoir des Arômes
- 3 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge
- Le jus d'un citron jaune
- Sel, poivre

 Pour 4 personnes



PRÉPARATION :



- Préparer les courgettes
- Lave soigneusement les courgettes sous l'eau froide. Coupe les extrémités.
- Astuce : ne les épluche pas si elles sont jeunes, leur peau est fine et pleine de saveurs.
- Avec un couteau bien aiguisé, coupe-les en petits dés d'environ 5 mm.
- Hacher le citron confit
- Le citron confit est assez intense. Coupe-le en petits morceaux très fins afin qu'il se répartisse bien et ne domine pas les autres goûts.
- Assembler le tartare
- Dans un saladier, mélange les dés de courgettes et le citron confit.
- Ajoute le jus de citron fraîchement pressé, l'huile d'olive et le piment d'Espelette.
- Sale légèrement et poivre généreusement.
- Repos au frais
- Mélange bien et laisse reposer 30 min au réfrigérateur pour que les saveurs se marient parfaitement.
- Conseils gourmands
- Sers en verrines individuelles avec des copeaux de parmesan pour une présentation chic.
- Ce tartare accompagne parfaitement des grillades au barbecue.
- Tu peux y ajouter quelques feuilles de basilic frais au dernier moment.

