



Entrées froides aux légumes

Tartare de légumes au coulis de tomates



20 min	20 min	0	0	245
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Étape 1

Préparation du tartare de légumes au coulis de tomates

- 1 Réserver au réfrigérateur le coulis de tomates quelques heures à l'avance.
- 2 Eplucher et hacher très finement l'échalote et le basilic. Dénoyer les olives et les émincer.
- 3 Tailler la mozzarella et tous les légumes en brunoise.
- 4 Dans un saladier, rassembler tous les ingrédients et assaisonner de sel, de poivre, de basilic et d'huile d'olive.
- 5 Répartir du tartare dans des ramequins huilés (ou cercles à pâtisserie) et réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

1 Courgette
1 Carotte(s)
1 Avocat
8 Champignon(s) de Paris
1 Betterave(s) rouges(s) cuite(s)
1 Mozzarella
1 Echalote(s)
10 Olives noires
3 c. à soupe Basilic
1 Sel
1 Poivre
1 c. à soupe Huile d'olive
10 cl Coulis de tomates

Étape 2

Dressage

- 1 Démouler chaque tartare sur une assiette et napper d'un peu de coulis de tomates.