

Tartines légumes & chèvre frais



www.audalacuisine.com

✓ Ingrédients :

(pour 2 personnes)

- 1 petite boîte de tomates pelées
- 1 courgette
- 50 g d'allumettes de jambon
- 2 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 1 cs de concoillote
- 2 cc de moutarde
- 4 tranches de pain aux céréales
- 80 g de chèvre frais
- emmental râpé
- huile d'olive
- sel, poivre



✓ Préparation :

Préchauffer le four à 200°C.

Émincer les échalotes. Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse et y faire revenir les échalotes.

Écraser la gousse d'ail et couper la courgette en petit dés. Les ajouter aux échalotes et faire cuire à feu moyen une dizaine de minutes.

Verser les tomates pelées égouttées. Laisser évaporer le jus et ajouter la concoillote et les allumettes de jambon. Bien remuer et réserver.

Disposer les tranches de pain sur une feuille de papier sulfurisé, dans une plaque allant au four. Étaler ½ cc de moutarde sur chaque tranche de pain.

Répartir la préparation aux légumes sur les tranches de pain et déposer sur le dessus deux tranches de chèvre frais. Parsemer d'emmental râpé.

Enfourner pour 15 minutes à 200°C.

Servir bien chaud, accompagné d'une salade.

www.audalacuisine.com