

Tartines fraîcheur à l'halloumi



20 min. de préparation,
20 min. de cuisson.



Difficulté
facile



4 couverts



SERVI AVEC
AOC SAINT MONT
ROSÉ D'ENFER

Ingrédients pour le tzatziki :

1 petit
concombre

—

1 yaourt
grec (200g
)

—

2 gousses
d'ail

—

1 cuillère à
café d'huile
d'olive

—

1/2 cuillère
à soupe
de feuilles
de menthe
hachées

—

1/2 cuillère
à soupe
d'aneth
hachée

—

1/2 citron
jaune

1 pincée de
sel et poivre

Ingrédients garniture:

4 tranches
de pain
complet
aux graines

—

1 courgette

—

1 poignée
de jeunes
pousses
d'épinards

—

de
l'halloumi

—

2 figues

—

quelques
graines de
grenade

—

sel, poivre,
piment
d'Espelette,
huile d'olive

PRÉPARATION DU TZATZIKI :

Eplucher le concombre. Le couper en deux et à l'aide d'une petite cuillère, ôter les graines. Couper le concombre en petits morceaux. Saler généreusement et laisser mariner pendant 15 minutes. Transvaser les dés de concombre dans une passoire, les rincer sous le robinet et les égoutter sur un torchon propre.

Eplucher les gousses d'ail et les presser. Laver, sécher, hacher la menthe et l'aneth. Dans un saladier, mettre les morceaux de concombre, l'ail, le yaourt grec, ajouter l'huile d'olive et le citron. Saler et poivrer. Mélanger et réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

PRÉPARATION DE LA TARTINE :

Griller les tranches de pain 3 minutes au four. Laisser refroidir.

Pendant ce temps, couper la courgette en tagliatelles à l'aide d'une mandoline ou à défaut d'un économe.

Couper l'halloumi en tranches et le laisser dorer quelques minutes dans une poêle sans ajout de matière grasse.

Tartiner chaque tranche de pain complet de tzatziki, rajouter quelques quelques pousses d'épinards préalablement lavés. Disposer par dessus les tagliatelles de courgette, l'halloumi, une tranche de figue et quelques graines de grenade.

Dans un bol, mélanger 2 cuillères à soupe d'huile d'olive avec du sel, du poivre et du piment d'Espelette. A l'aide d'une cuillère, verser cette préparation sur chaque tartine au moment de servir. ✱

Partagez vos
meilleurs moments

#PLAIMONT



Retrouvez d'autres recettes sur www.plaimont.com

Plaimont

LES VINS DU SUD-OUEST AUX GRANDES ORIGINES