

Préparation

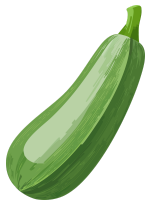


4 pers.

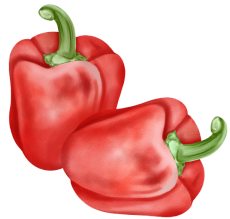
15 min

TARTINADE COURGETTES ET POIVRONS

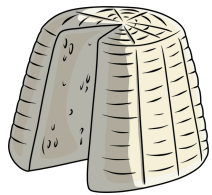
Ingrédients



1 courgette



2 poivrons



250 g de fromage frais



4 c. à soupe d'huile d'olive



herbes aromatiques



épices au choix



Sel et poivre

1

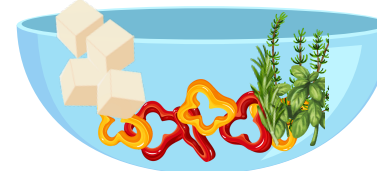
Laver, couper et enlever les pépins du poivron.



2

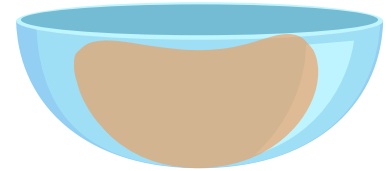
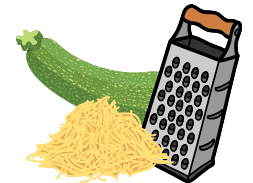
Mélanger le poivron coupé avec l'huile, le fromage, les épices et herbes aromatiques.

Mixer le tout pour obtenir un mélange lisse.



3

Laver et râper la courgette. Mélanger à l'aide d'une fourchette.



4

Ajuster l'assaisonnement et la texture si besoin avec de l'huile.

