



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

TARTINADE DE COURGETTE

**Les produits d'Auvergne-Rhône-Alpes
nous régaleront !**





TARTINADE DE COURGETTE

Proposée par l'Interprofession des fruits et légumes frais



4 PERSONNES



15 MIN.



10 MIN.

INGRÉDIENTS

- 2 courgettes
- 1/2 bûche de chèvre frais
- Quelques pains pita ou naans
- Sel, poivre

Lavez deux courgettes, détaillez-les en cubes et faites-les cuire dans très peu d'eau salée une dizaine de minutes.

Égouttez-les pour ne plus avoir d'eau et écrasez-les grossièrement à l'aide d'une fourchette.

Dans un bol, mélangez avec le chèvre frais puis salez et poivrez à votre convenance.

Découpez les pains pita ou les naans en petits triangles et faites-les légèrement griller.

Déposez une cuillère du mélange courgette - fromage sur chaque tranche.

Servez sans attendre.