

Une base 2 goûts

Ingrédients pour 4 personnes :

- 4 tartines de pain de campagne(farine, eau, sel, levain) ou (250 g de farine de sarrasin, 1 cuillère de farine de froment, 1 œuf, 48 cl d'eau 12 cl de lait) pour la pâte a crêpes.
- 1 salade verte
- 200 g de carottes
- 200 g de Navets
- 4 tomates
- 1 oignon

- huile d'olives
- sel / poivre
- un peu de miel
- 1 chèvre frais de 200g
- 50g de fromage blanc
- vinaigre de cidre
- un zeste de citron
- un peu de basilic



à la Marin



- Faire la pâte à galettes.(250 g de farine de sarrasin, 1 cuillère de farine de froment, 1 œuf, 48 cl d'eau 12 cl de lait)
- Faire cuire les galettes.
- **Éplucher les légumes.**
- **Couper les carottes et navets en lamelles.**
- **Cuire les légumes à l'anglaise(veiller à garder du croquant).**
- **Battre le fromage frais avec le fromage blanc et un peu de miel. Assaisonner.**
- **Placer le fromage la préparation et les légumes en « barre » dans la galette et la rouler**
- **Passer rapidement la galette sur la crêpière.**
- **Monter l'assiette avec salade, légumes en # et reste de préparation.**

- Faire le pain
- **Éplucher les légumes.**
- **Couper les carottes et navets en brunoise (petits carrés).**
- **Blanchir, glacer puis rissoler les carottes et navets.**
- **Mixer les tomates avec l'oignon, sel, poivre, vinaigre de cidre, du basilic et huile d'olive afin de réaliser la sauce tomate.**
- **Faire cuire la sauce tomate dans une casserole.**
- **Monter les tartines avec la sauce tomate puis les légumes.**
- **Recouvrir de refrain râpé**
- **Passer la tartine 4 minutes a 200°C**
- **Monter la crème fouettée dans le batteur avec fromage frais, fromage blanc, sel/poivre zeste de citron.**
- **Mélanger le reste de sauce tomate avec du vinaigre et de l'huile d'olive. Placer dans une verrine.**
- **Sur une ardoise, placer la tartine sur un nid de salade, Faire des pointes de crème fouettée et placer la verrine.**

Les étapes en non gras peuvent être supprimées en achetant le produits chez un producteur local. Pour des raisons de temps nous avons réalisé la pâte à galettes et acheté le pain.
Nous avons travaillé les deux recettes mais faute de temps nous ne réaliserons que la tartine le jour du concours