

TARTARE DE LÉGUMES AUX POMMES

DE CUISINE VG DE SYLVIANE

POUR 1 BOL

TAILLER EN BRUNOISE

1 PETITE COURGETTE

1 CAROTTE

1 POMME (ICI JONAGORED)

2 CS D'HUILE DE COLZA

LES ARROSER D'UN JUS DE CITRON, D'HUILE D'OLIVE, UNE PINCÉE DE CURRY, DE SEL ET POIVRE

ÉCRASER UN AVOCAT MÛR RELEVÉ D'UN JUS ET ZESTE DE CITRON ET Y MÉLANGER LA BRUNOISE,

RÉSERVER AU FRAIS