

Bouchées craquantes de concombre au basilic

Quantité

4 personnes

Les ingrédients

1 concombre

3 petits suisses

12 feuilles de basilic

1 pincée de sel

1 c à s de vinaigre balsamique

10 brins de ciboulette (déco).

La préparation

Pèle le concombre.

Coupe-le en tronçons d'égale épaisseur (environ 4 cm).

A la cuillère, retire au centre de chaque tronçon un peu de chair (attention à ne pas percer le fond de ces petits « récipients »).

Cisèle finement le basilic : empile les feuilles, roule-les bien serrées et tranche ce petit rouleau pour obtenir de fins filaments.

Dans un bol, mélange les petits suisses, le basilic ciselé, le sel et le vinaigre balsamique.

Garnis les bouchées de concombre de cette préparation. Noue autour de chaque bouchée un brin de ciboulette.

Tagliatelle de concombre à la menthe et à la féta

Quantité

4 personnes

Les ingrédients

1 concombre

150 g de féta

10 feuilles de menthe

40 g de pignons de pin grillés

½ citron

3 c à s d'huile d'olive

1 pincée de sel

La préparation

Lave le concombre. Épluche-le et détaille-le en grandes lanières sur toute la longueur à l'aide d'un rasoir à légumes (ou d'un couteau économe), il restera le cœur qui contient les graines (tu peux les mixer avec un peu de menthe pour réaliser une petite soupe fraîche).

Dans un saladier, mélange le sel, le jus du demi-citron et l'huile d'olive.

Puis découpe la féta en petits dés et dépose les lanières de concombre dans le saladier.

Ajoute les pignons de pin, les dés de féta et la menthe lavée, séchée et ciselée. Mélange bien.

Sers aussitôt. Ainsi préparés, les concombres peuvent rapidement rendre un peu d'eau. Pour les déguster encore légèrement croquants, n'attends pas.

Croque et craque !