



RONDELLES DE POMME POUR L'APÉRITIF

20 MIN
DE PRÉP.

20 MIN
EN TOUT

114 KCAL
PAR PIÈCE

① Sans gluten, Low Carb | Lipides: 11 g, Glucides: 3 g, Protéines: 2 g par pièce

IL VOUS FAUT POUR 16 PIÈCES

Pesto de doucette

60 g	de doucette
¼ bouquet	de basilic
2 cs	de graines de tournesol grillées
3 cs	d'eau
¼ de cc	de sel
1 dl	d'huile d'olive

Quartiers de pomme

2	pommes acidulées coupées en rondelles d'env. 5 mm d'épaisseur
1 cs	de jus de citron
150 g	de fromage frais au poivre (du Boursin p. ex.)
2 cs	d'eau
30 g	de jambon cru en tranches, effiloché
1 cs	de graines de tournesol grillées

VOICI COMMENT FAIRE

Pesto de doucette

Mixer la doucette avec tous les ingrédients jusqu'au sel compris, ajouter l'huile et mélanger.

Quartiers de pomme

Badigeonner les rondelles de pomme de jus de citron, les mettre sur un plat. Mélanger le fromage frais avec l'eau, en badigeonner les pommes puis les garnir d'un peu de pesto. Parsemer de jambon cru et de graines de tournesol.

BON À SAVOIR



Conseil:

Le pesto restant peut être utilisé pour agrémenter dips, sauces à salade et pâtes.



Retrouvez la recette sur:

fooby.ch/fr/recettes/20478/