TARTINADE POIVRONS MARINÉS, FÊTA & MENTHE

Préparation : 5 minutes | Pas de cuisson
Repos au frais : 1 heure | Pour 1 bol de tartinade

Ingrédients :

- Poivrons marinés égouttés 100g
- Fêta 100g
- Feuilles de menthe fraîche
- Poivre
- Quelques gouttes de citron jaune
- 1 petite gousse d'ail

Astuces :

- Remplacer la menthe par du basilic frais.
- Servir cette tartinade sur des toasts, des blinis ou des tranches de pain d'épices.
- Ajouter quelques graines de courge pour la décoration.

1. **Égoutter** les poivrons marinés et les **rincer** à l'eau pour enlever l'excédent de sel/sucre.
2. **Éplucher** la gousse d'ail.
3. **Égoutter** la fêta et la découper en cubes.
4. **Laver** les feuilles de menthe et les égoutter.
5. Dans un **petit mixeur/hachoir** : mixer tous les ingrédients (y compris le poivre et le jus de citron) jusqu'à obtenir une texture lisse et sans morceaux.
6. Facultatif : réserver **au frais 1 heure** avant de servir.

Recette en vidéo

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire
www.recettes100faim.fr