

Recette des tartines de Madras



Tartine de salade de légumes citronnée

¼ de concombre (en brunoise)
1 rondelle de poivron (0,5 cm d'épaisseur) (en brunoise)
½ tomate (en brunoise)
1 rondelle d'oignon (0,5 cm d'épaisseur) (en brunoise)
4 noix de cajous écrasés
4 raisins secs
1 pincée de coriandre émincée
1 yaourt nature
1 cuillère à café de jus de citron

4 tranches de pain avec gaines

Prendre un récipient, mélanger l'ensemble des ingrédients ci-dessus (pain exclu) jusqu'à obtenir une composition homogène.

Une fois la salade de légume obtenue, prendre les tranches de pains avec gaines et y poser délicatement la salade de sorte à former des tartines.

Mettre l'ensemble au frigo.

Tartine de poulet aux épices et crème fraîche

8 cl d'eau
2 graines de cardamomes
2 bâtonnets de cannelles (3 cm de hauteur)
Une cuillère à café du mélange ails/gingembres (70% d'ails / 30% de gingembres)

100 grammes de poulets coupés en petits morceaux (pas plus de 1 cm de longueur)
1 tomate (en brunoise)
1 pincé de sel
2 cuillères à soupe de crème fraîche
1 pincée de coriandre émincée
1 pincée de sel

4 tranches de pain classique (baguette)

Prendre une poêle, verser l'eau. Ajouter la cardamome, la cannelle, le mélange ail/gingembre et le poulet. Mettre au feu l'ensemble pendant 10 minutes et mélanger régulièrement.

Une fois la cuisson effectuée, Ajouter les tomates, coriandres, sel et la crème fraîche puis mélanger l'ensemble jusqu'à obtenir une composition homogène. Une fois le mélange de poulet aux épices et crème obtenu, prendre les tranches de pain classique et y poser délicatement le mélange de poulets de sorte à former des tartines.

Mettre l'ensemble au frigo (1 heure)

Servir les deux tartines (de légumes et de poulets) en apéritif / entrée avec un petit rosé pour les amateurs de vins.