



1. A l'aide d'un zesteur (Microplane ou autre), prélevez le zeste du citron vert puis pressez son jus.
2. Mettez les fèves et les petits pois crus dans le bol d'un robot avec le zeste et le jus du citron vert, un filet d'huile d'olive, le piment, du sel, du poivre et mixez brièvement. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.
3. Mettez la préparation dans un grand bol et répartissez le fromage frais par petites cuillérées, sans les mélanger.
4. Ciselez finement la ciboulette. Effeuillez le basilic thaï. Mettez les herbes sur le dessus de la tartinade. Réservez au frais avant de servir accompagnée de crackers ou de crudités.



Si vous ne trouvez pas de fèves et de petits pois frais, prenez-les surgelés, cela fonctionne très bien. Il existe même des fèves sans la peau chez Picard... Bien pratique quand vous n'avez ni le temps ni la patience de le faire vous-même !

Super facile
25 mn de préparation
Bon marché
Sans gluten
Veggie
Cru

Ingrédients pour 8 pers. :

Vous aurez besoin d'un mixeur et d'un zesteur (j'utilise pour ma part une [Microplane](#))

- 200 g de petits pois écossés (si vous les prenez frais, prévoyez 400 g avec les cosses)
- 200 g de fèves écossées (et sans la peau)
- 180 g de fromage fouetté (type Madame Loïk)
- 1 citron vert bio
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 dizaine de branches de ciboulette
- Quelques branches de basilic thaï
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre du moulin

En accompagnement des crackers (pour une version aux graines, regardez en bas de page) et des crudités.

Variantes :

Vous pouvez utiliser d'autres herbes aromatiques : basilic, coriandre, estragon, cerfeuil..., et remplacez le piment d'Espelette par un piment plus fort en fonction de vos goûts.

Vous pouvez rajouter 1 ou 2 tiges de cébette/ciboule finement émincée.

Pour d'autres recettes de tartinades, regardez en bas de page.

