TARTINADE DE COURGETTES AU WAKAME

Ingrédients

400 gr de courgette
1 oignon
1 filet d'huile d'olive

30 gr de wakamé frais
sel / poivre

Préparation

Couper les courgettes en dés et l'oignon épluché
Faire revenir dans une sauteuse avec le filet d'huile d'olive
Cuire à couvert (environ 15mn). Les courgettes doivent être fondantes

Couper en fines lanières le wakamé (rincé et égoutté)
Mixer la fondue de courgettes/oignon avec les algues
Ajuster l'assaisonnement

Déguster tiède sur du pain ou frais sur feuilles d'endives

Recette proposée par Colette G
Troc-Recettes du 7/8/2018
d'après site internet www.odelices.com