

# Toast de concombre à l'ail

Source : <http://www.certiferme.com/recette/recette-toasts-au-concombre-a-l-ail-et-aux-fines-herbes-26240.html>.



15 min



sans



sans



1h  
minimum



4 à 6

- 1 concombre
- 3 càs\* fromage à tartiner « ail et fines herbes »
- 3 càs\* de fromage blanc
- Ciboulette ciselée
- Sel, poivre (ou poivre citronné)
- 1 bocal de tomates séchées



**1** Lavez le concombre ; à l'aide d'un couteau éplucheur, épluchez-le 1 rangée sur 2 ; découpez des rondelles de 2 cm environ ; réservez.

**2** Dans un bol, mélangez le fromage blanc avec le fromage à tartiner et assaisonner avec sel et poivre.

**3** A l'aide d'une douille, déposez ce mélange sur les tranches de concombre ; ajoutez des morceaux de tomates séchées ; décorez avec la ciboulette ciselée.

**4** Mettez au réfrigérateur et servez bien frais.

Remarque :

1. Vous pouvez remplacer le fromage blanc et fromage ail et fines herbes par du fromage de chèvre frais ou 3 carrés frais fines herbes.
2. Vous pouvez remplacer ou ajouter, au-dessus du toast des crevettes roses ou surimi
3. Vous pouvez aussi hacher [des crevettes + surimi + oignon rouge] arrosé d'un jus de citron à la place ou en plus des tomates séchées (inspirée par recettesdukan.net).

\* càs = cuillères à soupe