

Temps de cuisson : 5 minutes

Temps de préparation : 15 minutes

Degré de difficulté : facile

Portion : 2 tartines



Tartines à l'houmous, asperges et radis

Ingrédients :

- 1 c. table d'huile de canola
- 8 asperges
- Sel et poivre
- 1 c. table de beurre
- 2 tranches de pain miche
- ¼ à 1/3 tasse d'houmous maison ou du commerce
- Zeste d'un demi-citron
- Quelques tranches de radis melon d'eau ou radis traditionnels
- Pousses de radis
- Huile d'olive

Marche à suivre :

1. Parer les asperges.
2. Faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive.
3. Faire cuire les asperges de 3-5 minutes en fonction de leur grosseur.
4. Saler et poivrer.
5. Ne pas trop les faire cuire. Il faut qu'elles restent un peu croquantes.
6. Réserver.
7. Dans la même poêle, ajouter le beurre.
8. Faire dorer les tranches de pain de chaque côté.
9. Étendre du houmous sur les deux tranches de pains grillés.



10. Y déposer les asperges et les rondelles de radis.
11. Parsemer les tartines de zeste de citron.
12. Arroser d'un peu d'huile d'olive.
13. Déguster.

Source : <https://cinqfourchettes.com/2019/07/tartines-houmous-asperges-radis.html>