

LES RECETTES DE L'ÉTÉ

Rillettes de thon*

(pour 4 personnes)



Ingrédients :

- 300 g de fromage frais de chèvre, de vache ou de brebis
- 150 g de thon bien égoutté
- 1 citron
- 4 oignons nouveaux
- 1 botte de ciboulette
- 1 bouquet de persil
- Sel, poivre, tabasco et/ou mélange 4 épices

Recette :

Émietter le thon dans un grand bol et le citronner. Incorporer le fromage frais. Ajouter les herbes ciselées, les oignons entiers hachés (branches vertes incluses) et quelques gouttes de Tabasco et/ou 1 cuillère à café de mélange 4 épices.

Bien mélanger et mettre au frais pendant au moins 2h avant de servir sur des crackers ou du pain grillé.

**Une recette de Bastien (responsable dans votre magasin BIO av. Daumesnil).*



Savourez **BIO** !