



Tartare de courgette

26/06/2019 à 13h06

Par [Grégory Cuilleron](#)

Temps de préparation : 15 min

Pour 1 personne(s)

Ingrédients :

- 4 petites courgettes
- 4 cuillère à soupe de yaourt bulgare
- Un trait de jus de citron jaune
- Le zeste râpé de 2 citrons jaunes
- 4 cuillères à soupe de romarin réduit en poudre
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- fleur de sel, poivre blanc

Préparation :

- Taillez les courgettes en brunoise, des petits dés de quelques mm de côté;
- Mixez le romarin afin de le réduire en poudre, idéalement au mortier;
- Mélangez le romarin avec le zeste du citron râpé. Y adjoindre l'huile, le yaourt et le trait de jus de citron dans cet ordre;
- Salez, poivrez.;
- Ajoutez la brunoise de courgettes;
- Mélangez, puis réservez une heure au frais avant de servir;
- Dressez dans un cercle.

L'astuce du chef :

Vous pouvez servir en entrée ou en accompagnement d'une grillade ou d'un poisson.