



MODE D'EMPLOI

Les tartinables

Anchoïades, crème d'ail ou tapenade, ces petites crèmes parfumées se mettent en quatre pour nous séduire... et pas seulement à l'apéritif !



Une offre pléthorique

Classiques ou raffinés, revisités, voire improbables, les tartinables se déclinent en multiples recettes. Ils peuvent être préparés à partir de produits de la mer (anchoïade, tarama ou crème d'oursin), de fruits et de légumes (caviar d'aubergine, tapenade, houmous ou confit de poivron), ou avec du fromage (tzatziki, crème de roquefort). On en trouve dans les grandes et moyennes surfaces, ainsi que dans les épiceries fines et les épiceries en ligne.

Quel est leur intérêt ?

Pratiques, on les a toujours sous la main, au frais ou dans le placard. Avec eux, on peut tester de nouvelles recettes, jouer avec les textures et les saveurs, oser des mélanges inhabituels. Autre atout, les tartinables se prêtent à de multiples préparations, des apéritifs (pour changer du sempiternel guacamole !) aux plats principaux, en passant par les entrées, et même pour un pique-nique estival.

Comment les utiliser ?

- À l'apéritif bien sûr, sur des petits toasts grillés ou des blinis, ou en dip pour y tremper bâtons de crudités ou gressins.
- Comme base de crostinis et de tartines.

- Ils sont très pratiques en assaisonnement de plats de légumes, pâtes, riz, omelettes, viandes ou poissons.
- Ils agrémentent les sauces de salade ou viennent relever une vinaigrette.
- On les intègre à des cakes, des terrines et des cheesecakes salés.
- On en badigeonne un fond de tarte, une pissaladière, une pizza ou un feuilleté.
- Ils remplacent le beurre ou la mayonnaise dans un sandwich.
- Utilisés comme condiments, ils peuvent remplacer la moutarde.
- Ils complètent des verrines apéritives, avec des fruits de mer ou des crudités.

Les bons mariages

- Réalisez un cheesecake salé étonnant en mélangeant du tzatziki avec fromage frais et tomates séchées.
- Assaisonnez votre riz basmati avec du houmous pour décupler sa saveur.
- Préparez des crostinis en étalant du caviar d'aubergine sur une tranche de pain de campagne grillée, en ajoutant du jambon serrano et une poignée de roquette.
- Proposez une tarte ensoleillée en badigeonnant un peu de tapenade sur un fond de pâte brisée que vous garnirez de miettes de thon et de rondelles de tomate.

LA SÉLECTION DE LA RÉDACTION

1. KTIPITI

Cette préparation d'origine grecque à base de fromage blanc et de poivron s'adapte à tout ! Sa saveur douce et ensoleillée est parfaite en dip avec des carottes nouvelles, sur des blinis, ou pour agrémenter un risotto de petit épeautre aux courgettes.
Monoprix Gourmet, 2,15 € le pot de 175 g, Monoprix.

2. CRÈME D'ARTICHAUT

Une crème douce, à la texture veloutée, qui exalte la saveur du cœur d'artichaut. À proposer

sur du pain toasté, avec quelques pétales de tomate confite ou pour relever un tartare de petits légumes. Elle est parfaite aussi en assaisonnement de fruits de mer cuits à la plancha.
Albert Ménes, 4,10 € le pot de 95 g, grandes surfaces, épiceries fines ou sur le site Albert Ménes.

3. TARTINABLE OLIVE VERTE AU BASILIC

Cette crème aux saveurs méditerranéennes viendra agrémentez avec subtilité une poêlée de courgettes et relevera

une salade verte. À tester également badigeonnée sur un poulet rôti, mais en fin de cuisson.
Instant Naturel, 5,25 € le pot de 85 g, Casino et sur le site Instant Naturel.

4. CAVIAR DE TOMATES

Proche du "fait maison", ce caviar est aussi beau à l'œil que bon ! On est séduit par sa saveur, sa couleur éclatante, sa texture agréable et ses petits morceaux de tomates confites. Idéal avec des gressins à l'apéritif, mais aussi pour sublimer un œuf cocotte

ou pour relever un plat de pâtes vite fait.
L'atelier Blini, 3,50 € le pot de 175 g, grandes surfaces.

5. TOASTINELLE DE ROQUEFORT

Ce tartinable au fromage et aux noix nous plaît sur du pain grillé, mais également dans une vinaigrette pour relever une salade de jeunes pousses. On l'essaiera même dans un cake aux champignons ou en note finale dans un risotto aux asperges vertes.
M. de Turenne, 4,50 € le pot de 85 g, épiceries fines et site La Gatinoise.

Réalisation : Béatrice Vigot Lagandré