



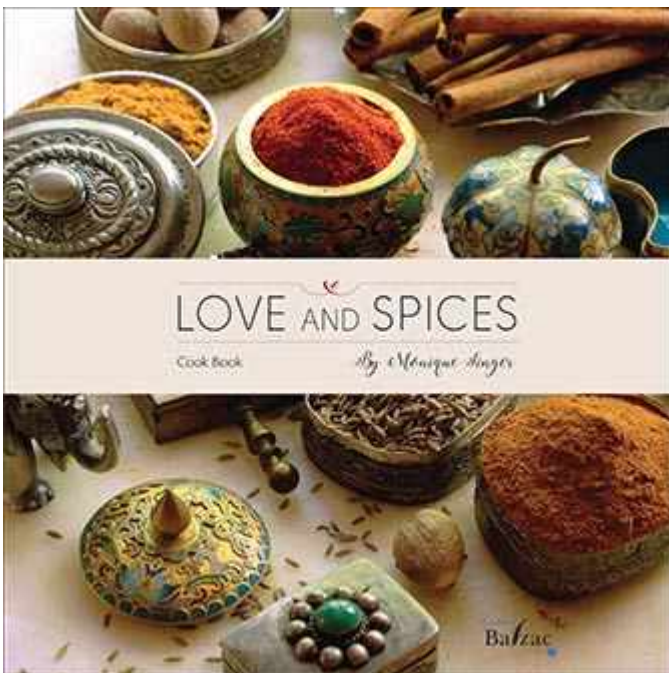
Amour et épices :
Tapenade végane aux noix

Description

Un délicieux apéritif qui annonce le printemps

Recette par **Monique Singer**

Publié antérieurement le 21 mars 2020



Il nous fait plaisir de vous offrir avec cette nouvelle série des exemples de recettes de [Love and Spices](#), un livre de



cuisine en anglais magnifiquement illustré par **Monique Singer**. Avec cette série, vous découvrirez des recettes uniques dédiées à la cuisine aux épices, allant des hors-d'œuvre aux desserts.

Monique Singer sait faire parler, chanter et danser les épices ! Dès son plus jeune âge, aux côtés de sa grand-mère et de ses sœurs, elle a appris à créer une cuisine délicieuse et originale avec ses sens, ses mains et tout son amour.

De la table de sa famille aux fêtes de la jet-set qu'elle a organisées à New York, Los Angeles, au Venezuela, en Espagne, en Haïti et en Asie, peu importe l'aménagement, la fonction, l'atmosphère ou le style, la cuisine de Monique a laissé son empreinte sur les papilles des gens.

Bon appétit !

Tapenade végétale aux noix avec crudités

Cette tapenade est merveilleuse avec des crudités à l'heure du cocktail avec un verre de vin.

Les crudités sont des légumes crus qui peuvent être coupés en petits morceaux, en bâtonnets ou en fines tranches.

J'adore servir un plat frais pour la compagnie !

Le temps de préparation : 30 min | Rendement : 8 portions

- 1 1/2 tasse / 190 g d'olives Kalamata dénoyautées
- 1 tasse / 90g de noix
- 1/2 tasse de bonne mayonnaise ou de mayonnaise végétalienne

Tapenade

Dans un robot culinaire, pulser 1/2 tasse d'olives Kalamata.

Pulser deux fois pour obtenir une texture en gros morceaux.

Retirer à la spatule et réserver.

Placer les noix dans le robot et pulser pour obtenir une pâte lisse.

Ajouter le reste des olives (1 tasse) et la mayonnaise dans le robot.

Pulvériser 2 ou 3 fois de plus pour obtenir une texture lisse.

À l'aide d'une spatule, retirer du robot

Placer dans un bol de service.

Incorporer 1/2 tasse de morceaux d'olives au mélange.

Crudités

- 4 carottes coupées en bâtonnets ou carottes anciennes miniatures
- 4 branches de céleri coupées en bâtonnets
- 1 poivron rouge coupé en bâtonnets
- 1 poivron jaune coupé en bâtonnets
- 2 endives coupées en 4
- 1 concombre sans pépins, pelé et coupé en bâtonnets dans le sens de la longueur
- 8 petites asperges



Vous pouvez également utiliser les fleurons de 1/2 chou-fleur et 1/2 brocoli.

Abonnez-vous à notre
infolettre pour être informé
de nos plus récents articles

S'inscrire

Images : Anne Fillion

À lire aussi : [autres recettes](#)



Monique Singer est une créatrice culturelle maintenant basée à Montréal, qui voyage à travers le monde, fait l'expérience d'autres cultures et partage ce qu'elle trouve le plus intéressant. Au sommet de sa passion pour l'alimentation se trouve son attirance pour les épices, leurs bienfaits et la saveur distinctive qu'elles apportent à tous les plats. [LinkedIn](#)



Image not

Categorie

1. Gastronomie
2. Recette

Tags

1. apéritif
2. livre de cuisine Love and Spices
3. Monique Singer
4. Tapenade végane aux noix avec crudités

date créée

avril 2021