

Le Hérisson de l'Apéritif

Pour 1 hérisson :

- **1 boule de pain (petite ou grosse suivant vos besoins)**
- **1/2 citron**
- **des tomates cerises de toutes les couleurs**
- **des carottes coupées en rondelles**
- **des radis**
- **des avocats coupés en morceaux**
- **des olives vertes et noires**
- **de la saucisse sèche**
- **des dés de gruyère**
- **des cure-dents**

1. Disposer la boule de pain puis ajouter le demi citron à l'une des deux extrémités afin de former la tête. A l'aide d'un marqueur, dessiner les yeux et la bouche.
2. Piquer les tomates avec les cure-dents puis les disposer en une rangée sur la boule de pain.
3. Faire de même avec tous les autres ingrédients jusqu'à recouvrir l'ensemble de la boule de pain : c'est prêt ! ☐

☐ Nombreux sont les choix de garnitures, suivant les saisons et surtout les goûts de chacun ! ☐

Une idée de sauce rapide pour y tremper les différents légumes : de la crème fraîche épaisse mélangée à du jus de citron, de la ciboulette ciselée et enfin sel et poivre. A servir bien fraîche au moment de la dégustation ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Merci au blog [Passion et Gourmandise](#) pour cette idée de recette ! ☐

Salade Composée de Lentilles Corail

Pour 6/8 personnes :

- **1 paquet de lentilles corail (500 g)**
- **1 botte de radis**
- **1 boîte de maïs doux**
- **3 tomates**
- **2 boîtes de thon au naturel**
- **1 oignon doux (type Léznigan)**
- **1 petit bouquet de persil**

- sel, poivre
- 1 vinaigrette maison (la recette en [cliquant ici !](#))

1. Faire cuire les lentilles corail pendant une dizaine de minutes dans une casserole d'eau bouillante. Égoutter puis les laisser refroidir.
 2. Laver et émincer finement les radis ainsi que les oignons. Réserver.
 3. De même pour les tomates mais à couper en petits dés. Réserver.
 4. Égoutter et émietter le thon. Réserver.
 5. Dans un saladier verser les lentilles corail froides puis ajouter l'ensemble des ingrédients : oignons et radis émincés, maïs, dés de tomates, thon émietté en finissant par le persil à émincer finement.
 6. Terminer en assaisonnant généreusement en sel et en poivre mais également avec la sauce vinaigrette maison ! C'est prêt ! ☐
- ☐ Cette délicieuse salade se dégustera en entrée ou lors d'un pique-nique en famille ou entre amis. Il est possible de varier à l'infini la composition de celle-ci : libre à vous d'imaginer la suite ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

