

LA RECETTE ! de Jeannine

# 4 VERRINES D'ÉTÉ

## INGRÉDIENTS

4 VERRINES  
POUR CHAQUE RECETTE



- Aubergine : 1
- Sardines (conserves) : 1 boîte
- Carotte : 2
- Ail, basilic, persil, cumin
- Melon : 1/2 (petit) ou pastèque : 1 tranche
- Saucisses de Francfort ou chipolata : 2
- Olives noires dénoyautées : 10

- Betterave rouge cuite : 1
- Mozzarella, édám ou mimolette : 100g
- Champignons : 5
- Ail et persil
- Tomate cœur de bœuf : 1
- Maquereaux : 2
- Courgette : 1
- Paprika, basilic



LA RECETTE ! de Jeannine

# 4 VERRINES D'ÉTÉ

## PRÉPARATION

Dans des verres ordinaires ou à pied, vous disposerez 3 couches dans cet ordre :

**VERRINE 1.** 1. L'aubergine tranchée, poêlée et écrasée à la fourchette (+ ail et basilic si on veut). 2. Les sardines émiettées. 3. Les carottes bien cuites (à la vapeur, elles gardent mieux leur goût) et écrasées. 4. Le persil ciselé ou les graines de cumin.

**VERRINE 2.** Tous les ingrédients sont coupés en petits dés.

1. Le melon ou la pastèque.
2. Les saucisses ou chipolatas.
3. Les olives.

**VERRINE 3.** 1. La betterave coupée en petits dés. 2. Le fromage coupée en petits dés. 3. Les champignons émincés et poêlés (avec de l'ail et du persil).

**VERRINE 4.** 1. La tomate coupée en dés. 2. Les maquereaux émiettés (poêlés ou sortis de la boîte). 3. La courgette coupée en petits dés, poêlée avec le paprika. 4. Ajoutez quelques feuilles de basilic.

### IDÉE

- Vous pouvez présenter :
- du fromage de chèvre émietté sur lequel vous aurez semé du gingembre frais râpé ou confit émincé et quelques radis finement tranchés
  - de la ratatouille (froide) sur laquelle sont posés quelques anchois coupés en trois.

