

APERERO

DIPS VEGE

Pour **tous autant que vous êtes**

Préparation **10 min**

Cuisson **15 - 20 min**



Ingrédients

- radis rose ou gros radis en fines rondelles
- légumes racines
- choux kale, choux fleur
- beurre, crème ou yahourt

Préparation

1. Préparer des dips de radis avec les traditionnels radis rose, mais aussi avec les gros radis blanc ou noirs en découpant des rondelles à tremper dans une sauce croque au sel composée pour $\frac{1}{3}$ de beurre salé et $\frac{2}{3}$ de radis mixés ensemble (ajuster la texture avec du yahourt ou de la crème)
2. Préparer des chips de choux kale en les cuisant au four, sur une plaque 10 min à 180°C, simplement arrosés d'un filet d'huile d'olive et d'une pincée de sel.
3. De la même manière préparer des chips de fruits/légumes en débitant à l'économique ou à la mandoline toutes sortes de légumes (carottes, pommes de terre, betteraves, choux fleur, navets, des panais, des pommes... Disposer à plat sur une plaque, badigeonner d'huile d'olive, assaisonner et enfourner 15 à 20 min à 200°C en surveillant et retourner à mi cuisson pour les plus épais. Fonctionne aussi bien avec les épluchures #zerodéchet.

Variez les goûts et les plaisirs

Variez les recettes de sauces en utilisant des crèmes végétales ou en changeant l'assaisonnement

BASQUAISE Chèvre frais, poivrons émincés, crème ou yahourt, piment d'espelette, thym

NORDIQUE Chèvre frais, courgettes râpées marinées au citron, crème ou yahourt, aneth

VERTE Fânes de radis mixées, crème ou yahourt, poivre (+ pois chiches ou autre pour la texture)

ANISEE Concombre et Fenouil cru mixé, crème ou yahourt, cumin ou carvi