

## Tartinade de chou Kale et petits champignons au citron



### Ingrédients :

- 100 g de chou Kale (blanchi 1 minute)
- 1 cs de purée d'amande blanche
- ½ fromage frais de Brebis
- 1 cs de graines de Chia
- 1 cc d'huile Oméga +
- 1/2 cs de miel
- 2 tomates séchées
  
- 10 champignons de Paris
- Huile d'olive
- 1 citron, 1 endive
- Ail, poivre

### Préparation :

Mélanger tous les ingrédients, sauf les tomates séchées, dans un récipient.

Mixer jusqu'à obtenir une belle consistance.

Ajouter les tomates séchées coupées en dés.

Servir sur des tartines de pain de petit épeautre.

Couper les champignons frais en lamelles. Arroser d'huile d'olive. Ajouter 1/2 gousse d'ail coupée très finement.

Poivrer et ajouter 1/4 de citron pressé. Réserver au frais.

Servir sur des petites tranches d'endive.