

Tartines aux tomates et fromage frais

Bonjour à toutes et tous,

Au quotidien, pour les moments de flemme en cuisine ou lorsque je manque de temps, j'apprécie vraiment de préparer des **tartines salées**. Loin d'être le mets de dépannage, elles peuvent être des vraies tranches de gourmandise en associant différents ingrédients, différents saveurs, différentes textures. Elles accompagnent sans mal une salade de légumes en été ou une soupe en hiver, permettant de préparer un repas complet en quelques minutes.

En été, quand le potager d'été est productif – et notamment les pieds de tomates – il y a une recette très appréciée à la maison : des **tartines [tomates](#) et fromages frais**. Alors que l'on peut avoir l'habitude des recettes un peu « brut de fonderie » en tomates, c'est une recette tout en douceur. Le crémeux du fromage frais compense l'acidité des tomates et emmène ce légume-fruit dans la douceur. L'astuce pour rendre ces tartines géniales est de mixer tomates crues et tomates cerises rôties. Si en plus, vous disposez de différentes variétés de tomates comme les variétés dites anciennes aux couleurs variées (exemple : ananas, green zebra,...) c'est une diversité de saveur tout à fait délicieuse. Vous retrouvez ainsi le *moto* du célèbre C. Lignac: « *croquant, fondant, gourmand* ».

Bref, alors que la rentrée arrive, invitant à retrouver les recettes prêtes en 3 minutes, j'avais envie de partager l'idée de ces tartines tomates avec vous. J'espère que cela vous plaira où vous donnera des idées pour toute situation de manque de temps ou de flemme. Bonne journée ☐



- TARTINES TOMATES -
& FROMAGE FRAIS

Recette : Tartines tomates et fromages frais

Saison de la recette : Juillet – Octobre

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 5 minutes

Ingrédients

Pour 4 tartines (4 personnes en entrée ou petit déjeuner, 2 personnes en plat) :

- 4 belles tranches de pain
- 200 g de fromage frais (St Môret, ricotta)
- 20-30 tomates cerises
- 2-3 tomates (cf. 1)
- 1 à 2 poignées de roquette (cf 2)
- vinaigre balsamique
- sel et poivre

Réalisation

1. Faites toaster vos tranches de pain.
2. Lavez les tomates. Dans une poêle, faites rôtir vos tomates cerises. Elles sont prêtes quand elles commencent à noircir. Coupez les autres tomates en quarts ou en tranches.
3. Mélangez le fromage avec un peu de sel et de poivre, puis répartissez-le sur les tranches de pain
4. Répartissez les tomates cerises, morceaux de tomate crue. Ajoutez la roquette. Versez un trait de vinaigre

balsamique.

5. Servez ces tartines aussitôt

Astuces

- (1) Privilégiez des tomates de petite taille type grappe. Autant que possible, utilisez des tomates anciennes telles que de la green-zebra; ananas, elles apporteront une saveur particulière qui contrastera avec les cerises.
- (2) Si vous n'avez pas de roquette, remplacez par quelques feuilles de basilic.

