





# Canapé de mousse de crudité

## Ingrédiant :

- 2 carottes
- 6 radis
- 250g de fromage frais
- 1 boîte de thon
- ail, persil, ciboulette
- 1/2 citron
- huile d'olive
- crème (en option)
- du pain de mie


## Recette :

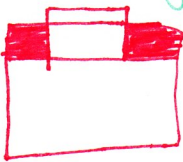
Etape 1 : Eplucher les carottes  
 couper les tiges de radis  
 et y faire  


Etape 2 : Dans un blender mettre le  
 fromage frais, le thon égoutter  
 Mixer ajouter les légumes,  
 1 grosse cuillère à soupe  
d'huile d'olive et le jus de citron.  


Mixer jusqu'à obtenir une mousse

ajouter les épices. Si la mousse est trop épaisse ajouter petit à petit de la crème jusqu'à obtenir la consistance voulue.

Etape 3 : Faire griller le pain de mie au grille pain  
couper la tranche en 4. 



Tartiner la mousse sur le canapé mettre sur un plat.



Bon APETIT!!!!