Tartines du jardin

Prenez une **belle tranche de pain frais**, qui variera selon les recettes : aux graines, aux farines diverses, sans gluten, brioché… toastée ou non. Tartinez-la d'une **couche moelleuse** avec un houmous de légumes, du beurre ou un fromage parfumé, du pesto, de la compote… Terminez par des **morceaux de fruits ou de légumes**, cuisinés ou frais, des graines, des herbes, des aromates… Votre tartine est prête à être dégustée en apéro, en entrée, en plat principal, en version végé ou carnée, et même en dessert !

« Brunch ranchero », « Vitamines minute», « Asperges vertes aux amandes », « Butternut-champignons-épinards », « Tartineflette », « Coing sauce cranberries »… Soyez créatifs, variez les couleurs et les textures, et à vous le plaisir de déguster un bon repas simple et équilibré, facile et rapide à préparer, en suivant le rythme des saisons !

Et si le cœur vous en dit, vous pourrez même préparer votre propre pain en suivant les deux recettes proposées !

Simple, facile et savoureuse : la tartine c'est tendance !

Depuis 40 ans, la Scop **Terre vivante** édite des livres d'écologie pratique, ainsi que le magazine *Les 4 Saisons*. **Terre vivante** a également créé des jardins écologiques en Isère, proposant des stages pratiques.

www.terrevivante.org

Livre éco-conçu
Livre imprimé en France sur du papier issu de forêts exploitées en gestion durable.

Rayon : Cuisine bio

9 782360 983988 12,00€ TTC

Facile & bio
Le geste en images !

Photographe, **Virginie Quéant** est spécialisée dans le domaine du jardin et de la cuisine du végétal. Amatrice de belles, bonnes et surprenantes recettes, elle invite les fruits, fleurs et légumes de sa colline à franchir le seuil de sa demeure, pour mettre en scène le passage délicat autant que savoureux de la récolte à l'assiette !