

Ingrédients :

- Fromage blanc
- Ciboulette fraîche de préférence (ou déshydratée)
- Sel/poivre (selon vos goûts)
- Un support pour planter les pic (ex : ½ grosse pomme de terre recouverte de papier aluminium)
- Pic en bois
- **Légumes variés en fonction de la saison :**



Automne

Carotte, céleri branche et rave, champignons, chou fleur, fenouil



Hiver

Carotte, céleri branche et rave, champignons, chou fleur, radis noir



Printemps

Champignons, chou fleur, concombre, courgette, fenouil, petits pois, radis rouge, tomate



Eté

Concombre, courgette, fenouil, tomate

Certains légumes, même hors saison, sont accessibles : le concombre, champignons de Paris, radis, chou fleur, carotte, tomates cerise, courgette.....

Préparation :

- Faire la sauce au fromage blanc pour la « trempette »

Laver la ciboulette et l'essuyer avec un torchon ou papier absorbant.

Dans un grand bol, mélanger le fromage blanc, du sel, du poivre et de la ciboulette ciselée (coupée aux ciseaux). Couvrir le bol avec du film étirable et conserver au réfrigérateur jusqu'au repas.

- Préparation des légumes

Laver tous les légumes.

Les éplucher et les couper en petits morceaux ou en cubes. Les tomates cerise restent entières et les petits pois sont juste écosés.

Placer les légumes préparés dans un plat posé au centre de la table.

- Présentation

Envelopper la ½ pomme de terre (lavée) avec une feuille de papier aluminium.

Piquer chaque morceau de légumes avec un pic en bois et le planter dans la pomme de terre. Placer les légumes proches les uns des autres pour imiter les pics du hérisson. Conserver au réfrigérateur et sortir 30 mn avant le repas.

Déguster en trempant les morceaux de légumes dans la sauce au fromage blanc. On peut aussi déguster les légumes avec du tzatziki et/ou ktipiti.