

## Tartinade d'artichaut à la ricotta

Pour un petit bol

- 6 cœurs d'artichaut au naturel, bien égouttés
- 4 pétales de tomate confite
- 1 cuillère à soupe de persil (ou de basilic) ciselé
- 2 cuillères à soupes de ricotta
- 1 cuillère à soupe de pignons de pain grillés (à sec dans une poêle)

--> Mixer le tout et laisser reposer au frais avant de tartiner sur votre pain préféré.....

Les Nectars  
de Maya



Bon appétit !!

