

# La recette. Caviar d'artichaut et algues.

## Ingrédients :

- 50 grammes de flocons de Wakamé ou de Kombu (laminaire)
- un demi citron vert
- 4 fonds d'artichaut
- huile d'olive
- sel, poivre

## Préparation :

-Réhydratez 50 grs de flocons de wakamé ou de kombu dans le jus d'un demi-citron vert.

-Laissez reposer.

-Mixez 4 fonds d'artichaut cuits en ajoutant une cuillère à soupe d'huile d'olive.

-Ajoutez les algues réhydratées, puis mélangez l'ensemble.

-Salez très légèrement, poivrez et éventuellement ajoutez le restant du jus de citron.

-Placez au frais et servez sur des toasts, dans une tomate cerise...

## ***Prochain stage de cuisine aux algues***

*Le prochaine stage de cuisine aux algues animé par Régine Quéva aura lieu du 28 septembre au 1er octobre, durant les grandes marées.*

*Plus d'informations sur le site*  
<http://www.reginequeva.fr/AlguesAndCo/Accueil.html>