

## **Restaurant Le Mess**

### **Een verse tartaar van groen, arame-zeewier, notenpesto, koriander en verse munt**

Radijzen

Avocado

Courgette

Appel

Venkel

Gekonfijte tomaten

Jonge ui

Arame-zeewier

Olijfoliepesto

Noten

Koriander

Verse munt

Snijd alle groenten in mini-dobbelsteentjes, rehydrateer de gekonfijte tomaten gedurende 12 uur, zet het arame-zeewier 1 uur in water, zet de noten voor de pesto 12 uur in water en spoel verschillende keren.

Olijfoliepesto, zout, peper, in stukjes gehakte noten.

Snijd munt en koriander.

Kleine chips van biet en schorseneer als garnituur zorgen voor een krokante, zoute toets.

Het is belangrijk de oliehoudende ingrediënten en het zeewier goed te rehydrateren om hun voedingswaarde te behouden.