



## Tapenade aux olives vertes avec Le Chardonnay

---

Préparation : 30 min

**Ingrédients** (Pour une bonne tasse de tapenade) :

- 200 grammes d'olives vertes dénoyautées
- 10 filets d'anchois (moitié du poids des olives)
- 100 grammes de câpres égouttées (environ 2 cuillères à soupe)
- 15 cl d'huile d'olive
- poivre noir

*Facultatif :*

- 3 gousses d'ail
- 1 filet de jus de citron

### **Préparation :**

Ecrasez les olives dénoyautées, les filets d'anchois, les câpres dans un mortier, ou avec un hachoir, ou en passant les ingrédients à la moulinette, (évituez le mixer si possible). Ajouter peu à peu l'huile d'olive et continuer à écraser jusqu'à l'obtention d'un mélange plus ou moins fin, selon votre goût.

Assaisonner avec du poivre, de l'ail et éventuellement du jus de citron.

Pour que la tapenade soit bonne, les arômes, et saveurs, ne doivent pas dominer. Sauf celle des olives. Pensez à préparer les tapenades, toujours la veille.

Vous avez ainsi la tapenade verte de base que vous pouvez varier suivant l'idée du moment en ajoutant par exemple des épices (4 épices, ou piment), ou des herbes aromatiques finement ciselées (thym, basilic).

Une des variantes possibles : ajouter du thon dans la tapenade (moitié thon, moitié anchois).

Suivant l'utilisation que l'on veut faire de cette tapenade, on peut y ajouter une cuillère à café de moutarde, et / ou 2 cuillères à soupe de cognac (dans ce cas attention à mettre moins d'huile d'olive pour que ce ne soit pas trop liquide).

On peut en remplir des blancs d'oeufs durs, les jaunes étant mélangés à la tapenade, fourrer des tomates, la servir sur des légumes crus, sur des toasts ou des tartelettes en apéritif, on peut l'utiliser pour assaisonner une salade de tomates ou de concombres, des pâtes, des légumes au four ou poêlés. Elle peut aussi servir de base pour badigeonner une viande ou une préparation. On peut l'utiliser comme farce (une viande, un poisson au four). Enfin, on peut la présenter avec le plateau de fromage (délicieux sur un toast avec du mascarpone ou du fromage de chèvre).

SCA LES COTEAUX DE MONTPELLIER

- Route de Beaulieu BP 13 – 34160 ST GENIES DES MOURGUES-

TEL : 04 67 86 21 99 – FAX : 04 67 86 22 65- e-mail : [coteauxdemontpellier@orange.fr](mailto:coteauxdemontpellier@orange.fr)

SIREN : 776.076.663.00017 – N°Agrément : A34416-N°TVA FR14776076663