



Tartare de truite qui nous rappelle l'été

30 MIN. ET MOINS - FRUITS DE MER - POISSONS - RECETTES - REPAS



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MIN

TEMPS DE CUISSON : 10 MIN

TEMPS DE REPOS : 15 MIN

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- Un filet de truite de 500 g (environ) la peau enlevée et coupé en dés
- 1 tasse de crevettes nordiques cuites et coupés en dés
- 1-2 échalotes tranchées minces
- 1/2 poivron rouge coupé en dés
- 1/2 concombre du jardin épépiné (ça fera moins d'eau) et coupé en petits dés
- Une dizaine de tomates cerises épépinées et coupées en dés
- 2 c. à soupe de crème sure
- 2 c. à soupe de câpres
- 1 c. à soupe de moutarde de Dijon
- Le jus d'un demi-citron
- 1/2 tasse de coriandre ou de basilic haché
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique
- Quelques gouttes de Tabasco
- Sel et poivre
- Roquette en quantité
- Biscottes

Préparation

1. Bien mélanger tous les ingrédients à l'exception de la roquette et des biscottes.
2. Mettre au frigo une quinzaine de minutes pour que les saveurs se mélangent bien.

3. Au moment de servir, mélanger la roquette avec un filet d'huile d'olive, de sel et de poivre.
4. Mettre une portion de tartare dans chaque assiette, recouvrir de roquette et servir avec des biscottes ou des croûtons de pain au choix.
5. Ici, j'ai fait cuire des mini poivrons au four (400 F pendant 10 minutes) que j'ai mis sur le dessus.