

Timbale de poisson cru,

petits légumes façon tartare

PRÉPARATION 20 min ■ **RÉFRIGÉRATION** 20 min ■ **NIVEAU** très facile

POUR 6 PERSONNES

- 300 g de filets de daurade
- 100 g de champignons de Paris
- 3 tomates
- 2 avocats
- 1 échalote
- 1 citron jaune non traité
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Sel
- Poivre

MATÉRIEL Alfapac

- Ramequins en aluminium
- Film micro-ondes
ou Film Tout en 1

Prélever le zeste du citron, puis presser son jus. Peler et couper l'échalote en petits dés. Enlever les noyaux et prélever la pulpe des avocats, puis la couper en petits dés et l'arroser de quelques gouttes de jus de citron. Peler les têtes des champignons, puis les couper en petits dés. Plonger les tomates pendant quelques secondes dans de l'eau bouillante, puis les peler, les épépiner et les couper en petits dés.

Enlever les arêtes des filets de daurade et retirer la peau. Couper les filets de daurade en petits dés.

Mélanger délicatement tous ces ingrédients dans un saladier. Émulsionner le reste de jus de citron avec l'huile d'olive. Saler et poivrer généreusement, ajouter le zeste, puis assaisonner le tartare de ce mélange.

Tapiser le fond de six ramequins de film. Les remplir du tartare, tasser légèrement à la cuillère et refermer en rabattant le film sur la garniture. Réserver au réfrigérateur pendant au moins 20 minutes.

Au moment de servir, ouvrir le film et démouler les timbales de poisson en renversant les ramequins sur une assiette. Déguster aussitôt accompagné d'une salade de roquette.



Le plus du Chef

La daurade peut être remplacée par du saumon ou du bar. Pour enlever plus facilement les arêtes, vous pouvez utiliser une pince à épiler. Les amateurs de saveurs plus relevées ajouteront 20 g de gingembre frais râpé à la préparation.

