

Tartare de saumon

Ingrédients

Pour 2 personnes :

- 400g de saumon frais
- 1.5 citrons confits (salé)
- 2.5 branches d'estragon frais
- 1/2 oignon ou 1 petit
- 1 cuillère à soupe d'huile de colza
- Un peu de piment d'Espelette
- 3-4 pincées de fleur de monarde séchées

Comment procéder ?

- Couper le saumon en morceaux et réserver au frigo
- Couper les citrons confit en petits cubes (uniquement l'extérieur pas la pulpe)
- Hacher l'estragon
- Hacher les oignons
- Reprendre le saumon, ajouter les citrons confit, l'estragon, l'oignon et bien mélanger
- Ajouter ensuite l'huile de colza, le piment d'Espelette et les fleurs séchées
- Mélanger jusqu'à ce que ce soit homogène

Astuces :

- Les fleurs de monarde peuvent être facultative
- Assaisonnez selon vos goûts
- Servez avec du pain complet (toasté si envie), et une salade



Mettez du pep's dans votre assiette ! 😊

