

LA RECETTE du LUNDI



*tartare de saumon au piment d'espelette &
chips de patate douce*

plat



INGRÉDIENTS

Pour le tartare

- 400 g de saumon frais qualité sushi
- 1 avocat mûr, coupé en petits dés
- 1 échalote finement ciselée
- 1 c. à soupe de câpres, grossièrement hachées
- 2 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge sicilienne - Comptoir des Arômes
- 1 c. à soupe de jus de citron vert
- 1 c. à café de piment d'Espelette - Comptoir des Arômes
- Fleur de sel à la vanille ou au citron - Comptoir des Arômes
- Poivre de Madagascar - Comptoir des Arômes
- 1 c. à soupe de ciboulette ou coriandre fraîche, hachée

INGRÉDIENTS

Pour les chips

- 2 patates douces, pelées et coupées en fines rondelles
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café de piment d'Espelette - Comptoir des Arômes
- Fleur de sel nature - Comptoir des Arômes

 Pour 4 personnes

PRÉPARATION :



1. Chips maison

- Préchauffez le four à 180°C.
- Dans un saladier, mélangez les rondelles de patate douce avec l'huile d'olive, le piment d'Espelette et la fleur de sel.
- Étalez-les sur une plaque, en une seule couche.
- Faites cuire 15 à 20 min, en retournant à mi-cuisson. Elles doivent être dorées et croustillantes.
- Laissez refroidir : elles continueront à sécher à l'air libre.

2. Préparer le tartare

- Coupez le saumon en petits dés réguliers, placez-les dans un grand bol.
- Ajoutez l'avocat, l'échalote, les câpres.
- Dans un bol à part, fouettez huile d'olive, jus de citron, piment, sel, poivre.
- Versez sur le mélange saumon/avocat. Mélangez délicatement.
- Terminez avec les herbes fraîches hachées.

3. Dressage

- À l'aide d'un emporte-pièce, dressez joliment le tartare dans chaque assiette.
- Disposez les chips autour ou plantez-les à la verticale dans le tartare pour le style.

💡 Conseils & variantes

- Pas d'emporte-pièce ? Formez simplement des petits tas avec une cuillère.
- Version végétarienne : remplacez le saumon par du tofu mariné ou des légumes grillés.
- Effet waouh : Ajoutez une perle de yuzu, ou quelques œufs de saumon au sommet pour une touche luxe.
- En plat principal : servez avec une salade croquante, type roquette + radis + vinaigrette miel-citron.

