Les tartares de poisson

09/07/2019 à 10h11

Par Dr Christian Leclerc

Temps de préparation : 25 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- Se fait principalement avec le saumon et le thon. Peut se faire également avec les filets d'autres poissons comme la dorade ou l'espadon
- Les deux condiments de base sont l'échalote et les fines herbes, notamment la ciboulette
- On peut ajouter des tomates pelées et épépiner du poivron rouge pelé ou du piment doux d'Espelette
- Pour assaisonner, de la moutarde, du jus de citron, du macérât d'huile olive-colza basilic, sel et poivre

Préparation :

- Coupez au couteau de petits cubes de poissons, 50 g à 100 g par personne;
- Ajoutez une échalote ciselée, ½ botte de fines herbes hachées. Ajoutez ½ cuillère à café de moutarde, 1 cuillère à café de jus de citron;
- Assaisonnez;
- Puis ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomate ou 2 tomates pelées épépinées et coupées en petits cubes;
- Mélangez avec une spatule en bois en ajoutant les 3 cuillères à soupe d'huile;
- Moulez le tartare dans un emporte pièce ou avec une cuillère à soupe;
- Servez avec la salade frisée ou une salade de tomates.