

LE CHINCHARD EN TARTARE



lespoissonspepitesdenormandie.fr



LE CHINCHARD EN TARTARE

Par Leprince & Compagnie



INGRÉDIENTS

6 chinchards x 300g
150 g de fenouil
2 pommes Granny
1 citron vert
½ bte de persil
Huile d'olive
20 gr de graines de cumin
Sel - poivre



Retrouvez toutes nos idées recettes sur
lespoissonspepitesdenormandie.fr

PRÉPARATION

- 1 Lever les chinchards en filets, enlever la peau et les arrêtes. Les tailler en cubes et les réserver au frais.
- 2 Eplucher le fenouil et le tailler très finement à la mandoline, réserver. Eplucher les pommes, les épépiner, les couper en cubes de 5 mm et les inonder de jus de citron vert, réserver. Effeuilleter et hacher grossièrement le persil, réserver.
- 3 Dans un saladier, mélanger le chinchard en dés avec les pommes Granny, le jus de citron, le persil, et l'huile d'olive. Saler, poivrer.

Dressage Disposer le mélange chinchard et pomme au centre d'une assiette. Déposer la salade de fenouil sur le tartare de poisson. Parsemer de graines de cumin.

