

Carpaccio de truite

Le tout en BIO

Recette proposée par des cuisiniers des collèges drômois participants à l'opération « manger mieux, manger bio »

INGREDIENTS POUR 6 PERSONNES :

*720 g de filets de truite
180 g de citron
90 g d'échalotes
30 cl huile olive
Sel, poivre
Herbes de Provence
4 g baies roses
30 g de pain ficelle*

RECETTE :

*Laver les citrons, les presser et réserver le jus.
Eplucher les échalotes, les ciseler finement.
Mélanger le jus de citron, l'huile d'olive, les échalotes, les herbes de Provence et les baies roses (marinade).
Couper en lamelle de 2 cm de largeur les filets de truite.
Dans un plat, monter en intercalant les filets de truite et la marinade.
Réserver au frais durant 1 nuit.
Consommer froid le lendemain soit en verrines, soit sur un toast grillé.*

Bon appétit

*Agence
BIO*

Entrée BIO