

# Tartare de Saumons aux Pommes

## Spaghettis de Courgettes au Pesto

Nombre de portions	50
Temps de préparation	60 min
Temps de cuisson	0 min
Temps de refroidissement	1h

### INGRÉDIENTS

PRODUIT	ETAT	UNITÉ	QUANTITÉ/ PORTION	QUANTITÉ TOTALE	ALLER- GÈNE
Saumon	Frais	g	90	4.500,00	<input checked="" type="checkbox"/>
Saumon fumé	Frais	g	50	2.500,00	<input checked="" type="checkbox"/>
Jus de citron vert	Frais	cl	5	250,00	<input type="checkbox"/>
Huile olive extra vierge	Bouteille/carton	cl	5	250,00	<input type="checkbox"/>
Echalotes	Frais	g	10	500,00	<input type="checkbox"/>
Brin de Ciboulette	Frais	g	5	250,00	<input type="checkbox"/>
Feuilles de Basilic	Frais	g	5	250,00	<input type="checkbox"/>
Sel	Sec	g	0,5	25,00	<input type="checkbox"/>
Poivre noir du moulin	Sec	g	0,4	20,00	<input type="checkbox"/>
Pommes Reinettes ou Jonagold	Frais	g	50	2.500,00	<input type="checkbox"/>
Courgettes	Frais	g	150	7.500,00	<input type="checkbox"/>
Coriandre, Basilic, Persil, Ciboulette,	Frais	g	15	750,00	<input type="checkbox"/>
Pignons de pins ou tournesol	Sec	g	6	300,00	<input checked="" type="checkbox"/>
Parmesan	Sous vide	g	8	400,00	<input checked="" type="checkbox"/>
				0,00	<input type="checkbox"/>

### DESCRIPTION DE LA RECETTE

#### Préparation des produits

##### LE PESTO :

1. Faire torrifier les pignons de pins dans une poêle a feu doux et réserver.
2. Hacher les fines herbes et leurs tiges au Robot Coupe en y incorporant les pignons de pins, du sel, du poivre, le parmesan, 1/2 de l'huile d'olive et le 1/4 du jus de citron et réaliser un pesto. (Garder quelques branche de

##### LES COURGETTES:

1. Laver et oter les extrémités des courgettes, ensuite les râper sur une grosse râpe.
2. Mélanger le pesto aux vermicelles de courgettes et réserver au frais.

##### LE TARTARE:

1. Eplucher et hacher les échalotes, ciseler finement la ciboulette
2. Bien laver les citrons. Réaliser des zestes avec l'épluchure des citrons (plus ou moins 200 gr).
3. Presser les citrons et garder le jus au frais.
4. Tailler petits dés les saumons
5. Laver et couper les pommes en brunoise (Ne pas les éplucher) et réserver dans de l'eau citronnée.
6. Dans un récipient mélanger les saumons , les pommes, le reste de l'huile d'olive, les échalotes, la ciboulette, du sel et du poivre, les quelques feuilles de basilic déchirées, et le jus de citron.

7. Reserver au Frais.

8. Dresser le tartare sur un lit de vermicelles de courgettes dans un emporte pièce rond ou un moule.

9. On peut agrémenter la recette d'une chantilly salée au Wasabi ....

Bon appétit.....

## **ASTUCES ANTI-GASPILLAGE**

---

Récupération des épluchures et peaux de fruits.

Peu ou pas de cuisson.

Utilisation des herbes aromatiques tant tiges que feuilles.

Réalisable avec très peu d'énergie si appareils manuels (Mandoline, râpe à main, ...)