

ENTRÉES SURPRISES !



LA CUISINE AUX ALGUES VOYAGE...

Nous sommes maintenant, en SUEDE, en dessous du cercle polaire. Ici, le poisson incontournable, c'est le hareng. On le consomme frais, mariné, séché ou fumé. Je vous propose :

GALETTE DE BLÉ NOIR REVISITÉE



Préparation : 15 minutes.

INGRÉDIENTS

Pour six personnes

- 4 galettes de blé noir
- 20 centilitres de crème entière
- 3 filets de harengs marinés sous vide
- 1 cuillère à café de moutarde
- une pincée de poivre de mer
- un peu de vinaigre balsamique solide en billes.



PRÉPARATION

- Découper à l'emporte-pièce 12 galettes de blé noir.
- Les faire bien sécher sur une poêle anti-adhésive sans matière grasse, pour qu'elles deviennent croustillantes.
- Oter la peau et éventuellement les arêtes des harengs et hacher les filets en fines lamelles.
- Monter légèrement la crème et y ajouter la moutarde et le poivre de mer.
- Presser du vinaigre balsamique gélifié avec un presse ail pour obtenir des petites billes comme des oeufs de lump.

MONTAGE

Tartiner chaque galette avec une cuillère à café de crème, déposer quelques morceaux de hareng et terminer avec quelques billes de vinaigre balsamique*.

*Recette du vinaigre balsamique : ce site - rubrique algues - recettes mensuelles à base d'algues - Les rouleaux de saumon de Norvège, ou page 14 de notre livre les algues de Bretagne dans votre assiette)