


Smørrebrød de ceviche



Mon choix.

 Durée totale: 13 h

 Temps actif: 1 h

 Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

Ceviche d'omble chevalier mariné au vinaigre de riz

2 filets d'omble chevalier

500 ml vin de riz

50 g mirin

60 g sucre

20 g sel

Leche de Tigre

70 g jus de citron vert

50 g jus de céleri-branche

30 g jus de gingembre

1 piment

etwas coriandre

etwas sel

Fenouil mariné

2 fenouils

1050 g vinaigre de pomme

450 g eau

300 g sucre

33 g sel

Salsa de tomates

4 tomates

2 oignons rouges

etwas vinaigre

etwas sel

etwas piment

etwas laurier

Salade de purée de patates douces et sa vinaigrette à la moutarde

300 g patates douces

20 g moutarde

5 g sel

50 g miel

150 g vinaigre de pomme

300 g huile de tournesol

Valeurs nutritives

1 portion (sans le pain) contient env.:

826 kcal

11 g de protéines

34 g de glucides

69 g de lipides



Contient du gluten



sans lactose

Préparation

Ceviche d'omble chevalier mariné au vinaigre de riz

1 Saler le poisson et le laisser suer 10 minutes. Rincer le sel, sécher le poisson. Mélanger tous les autres ingrédients et y mariner le poisson pendant 12 heures. Retirer l'omble chevalier et le faire macérer dans la leche de tigre 5 minutes avant de servir.

Fenouil mariné

1 Couper le fenouil en coins et le laisser macérer au moins 12 heures dans la préparation vinaigrée.

Vinaigrette à la moutarde et au miel

1 Mélanger tous les ingrédients.

Salade de purée de patates douces



Mon choix.

1

Cuire les patates douces, les écraser et les assaisonner avec la vinaigrette à la moutarde et au miel.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.