

TARTARE DE CABILLAUD À L'AIL DES OURS ET BOURGEONS D'ÉPICÉAS



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Cabillaud	80 gr
Ail des ours	1 tige
Bourgeons d'épicéa	4 pc (petits)
Huile d'olive	1 c. à c.
Gros sel	
Poivre au moulin	

Préparation

1. Tailler le cabillaud en fine brunoise.

2. Tailler les tiges d'ail des ours en brunoise d'1 mm.

3. Détacher les aiguilles des bourgeons d'épicéa.

4. Mélanger tous les ingrédients et servir avec du pain grillé.
