

# TARTARE DE SAUMON À L'OSEILLE



## Ingrédients pour 4 personnes

Ingédient	Quantité
Feuilles d'oseille	30 gr
Ricotta	150 gr
filet de saumon	100 gr
sauce soja	1 c. à c.
citron	0.50
Citron vert	0.25
asperges vertes	4 pc
Oeufs de caille	4 pc
Oeufs de saumon	0 Quantité souhaitée
Billes de vinaigre balsamique	0 Quantité souhaitée
Sel, poivre	0 Quantité souhaitée

## Préparation

1. Nettoyer les feuilles d'oseille.

---

2. Préparer le saumon mariné : retirer la peau et le gras du saumon si nécessaire. Détailier le saumon en petits dés. Assaisonner le avec le jus des citrons, la sauce soja, le poivre (ne pas saler). Émincer l'oseille et ajouter la moitié à la préparation. Laisser mariner le saumon au frigo pendant 1h.

---

3. Préparer les asperges : éplucher les asperges. Les blanchir quelques minutes. Garder les légèrement croquantes. Les rafraîchir dans de l'eau très froide pour fixer la couleur. Réserver au frais.

---

4. La ricotta : dans un saladier, mélanger la ricotta avec du sel, du poivre et le reste de l'oseille finement

**Tartare de saumon à l'oseille - révision 0**

<https://cuisinesauvage.org/recipe/tartare-de-saumon-marine-a-loseille/>

Page 1 / 2

CC BY SA Cuisine Sauvage ASBL,  
2015-2026

hachée.

---

5. Dressage : déposer au fond des verrines le saumon mariné. Planter l'asperge (coupée à bonne longueur). Ajouter une petite couche de ricotta. Déposer les œufs de caille, face plate contre la paroi du verre. Compléter avec la ricotta. Terminer le dressage avec des œufs de saumon et une  $\frac{1}{2}$  rondelle de citron vert.

---