

TRUITE FUMÉE, PETITE PIMPRENELLE ET PETITS POIS



Ingrédients pour 12 personnes

Ingrédient	Quantité
Truite fumée	375 gr
petits pois	300 gr (frais ou congelés)
fumet de poisson léger froid	1 L (maison ou 1 cube dans 1L d'eau froid)
petite pimprenelle	4 belles poignées
crème fraîche	QS
Sel, poivre	QS
Jus de citron	QS
Quinoa rouge ou tricolore	100 gr
Radis	3 pcs

Préparation

1. Cuire les petits pois à l'anglaise (dans de l'eau bouillante salée). Les rafraichir immédiatement et les égoutter.

2. Une fois tièdes, mixer les petits pois avec un peu de sel, poivre, jus de citron, crème fraîche.

3. Faire cuire le quinoa dans de l'eau salée. Après refroidissement, assaisonner le quinoa avec du sel, poivre, un peu d'huile d'olive et de jus de citron. Réserver au frais.

4. Préparer un pickles d'oignon rouge : couper en rondelles l'oignon rouge. Faire chauffer 60gr de sucre, 120gr de vinaigre, 180gr d'eau. Lorsque le mélange est à ébullition, verser sur les oignons et réserver.

5. Mixer 1 cube de fumet de poisson avec 1L d'eau et la pimprenelle (uniquement les folioles).

6. Dans une assiette profonde, dresser un peu de quinoa, un peu de purée de petits pois, quelques morceaux de truite, quelques morceaux de radis et de pickles d'oignons.
