



Tartare printanier de truite fumée, espuma de yaourt aux fines herbes, crackers de yaourt et truite fumée

INGRÉDIENTS

Crackers

· 130g de yaourt à la grecque **Les Petites**

Louches

- 130g de Farine bio T65
- 70g flocon d'avoine bio
- 70g de mélanges de graines : tournesol, millet, lin et aussi du sésame, en tant pour tant
- 35g d'huile bio de tournesol l'Atelier des Huiles
- 50g de truite fumée à froid **Fumaison Occitane**

Espuma

- 50g d'huile d'herbes fraîches (mixer au blinder des herbes fraîches, bottes entières, avec de l'huile de tournesol ou de pépin de raisin, passer à l'étamine pour ne récupérer que l'huile sans les fanes)
- 250g de yaourt à la grecque (plus gras) Les Petites Louches
- 200g de crème liquide
- Sel une pincé

Tartare de légumes et truite fumée:

150g de truite fumée **Fumaison**

Occitane

- ½ concombre
- 150g de courgettes
- 1 oignon cébette ou nouveau
- Quelques brins de ciboulette, quelques feuilles de basilic, et de menthe fraîche
- 1 orange non traité sinon bio
- 2 cuillères de jus de citron
- 1 cuillère d'huile de tournesol



PRÉPARATION

Crackers

Tailler en fin cubes la truite, mélanger tous les ingrédients sauf la truite dans un saladier ou un batteur, mélangeur jusqu'à l'obtention d'une boule, et laisser reposer 30 minutes minimum.

Étaler finement entre deux feuilles de papier sulfurisé, ajouter la truite fumée et étaler à nouveau une fois, mettre en cuisson entre deux plaques dans un four à 200° quelques minutes, puis laisser refroidir.

Espuma

Mettre tous les ingrédients dans un siphon à chantilly contenance 0.5l avec une seule cartouche de Gaz et laisser reposer au minimum 30 minutes

Tartare de truite

Laver les légumes, zester l'orange, puis la peler à vif et récupérer les segments d'orange sans peau et zeste. Émincer les herbes fraîches, émincer l'oignons nouveau, éplucher le concombre, puis épépiner le concombre et la courgette, détailler en fin cubes, tailler la truite en cubes de la même taille que les légumes, mettre tous les ingrédients dans un saladier, réaliser l'assaisonnement avec du sel, les herbes fraîches, le zeste d'orange et les segments, le jus de citron et l'huile de tournesol

Procéder au dressage:

A l'aide d'un cercle inox de la taille de votre choix répartir le tartare, disposer dans une assiette, mettre un point d'espuma à coté et proposer les crackers en accompagnement



**RECETTE DU CHEF
THOMAS GRATELOUP**

