

DE LA TERRE À L'ASSIETTE : MELON

TARTARE DE SAUMON, AVOCAT ET MELON

Pour 4 personnes

 Temps de préparation :

Environ 20 minutes



Temps de cuisson :

Aucune



Economie réalisée :

Produire vous-même vous aura permis d'économiser 2 euros !

USTENSILES

- Planche à découper
- Couteau de cuisine bien aiguisé
- Saladier
- Cuillère à souper
- Emporte-pièce rond
- Presse-agrumes
- Petit bol

INGRÉDIENTS

- 2 pavés de saumon
- 2 avocats
- 3 càs d'huile d'olive
- Persil
- 1/2 melon
- 1 échalote
- 2 càs de jus de citron
- Sel et poivre

RECETTE EN 4 ÉTAPES

1. Découpez le saumon en petits cubes, versez le dans un saladier avec le jus de citron et l'huile d'olive et mélangez. Ensuite laissez mariner au frais pendant 1 heure.
2. Découpez le saumon en petits cubes, versez le dans un saladier avec le jus de citron et l'huile d'olive et mélangez. Ensuite laissez mariner au frais pendant 1 heure.
3. Formez les tartares à l'aide d'un emporte-pièce en plaçant les cubes de saumon marinés, de melon puis d'avocat et enfin les morceaux d'échalote. Salez et poivrez.
4. Servez bien frais parsemé de persil ciselé.

