

Avril - Août

Tartare de langoustines

pomme et avocat



Tartare de langoustines

pomme et avocat

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 12 minutes

Pour 4 personnes : 12 grosses langoustines,
extra-fraîches, 1 pomme verte, 1 gros avocat,
8 tomates cerise, le jus d'1 citron vert,
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
Fleur de sel, poivre du moulin

- Retirez les têtes et les carapaces des langoustines*. Retirez le boyau noir qui court sur le dos. Coupez la chair en petits dés.
- Lavez la pomme, coupez 8 tranches très fines dans la partie centrale et arrosez-les de quelques gouttes de jus de citron. Détaillez le reste de la pomme en petits dés ainsi que les tomates et l'avocat. Mélangez-le tout délicatement avec le reste de jus de citron et l'huile, salez et poivrez.
- Sur des assiettes individuelles, déposez une rondelle de pomme, une cuillerée à soupe de tartare, une deuxième rondelle puis une 2^{ème} cuillerée de tartare. Décorez selon votre goût.

* Vous pouvez les congeler pour en faire un bouillon de crustacés.



PAVILLON FRANCE est la marque des produits de la pêche française : plus de 200 espèces de poissons, coquillages et crustacés qui varient au rythme des saisons. Du bateau à l'assiette, c'est simple de savourer les produits de la pêche française avec Pavillon France.



Cette recette peut aussi
se faire avec
des filets de daurade.



La marque des produits
de la pêche française

www.pavillonfrance.fr