



À TABLE!

LES BONNES RECETTES DE NICOLAS

P O I S S O N

Galette sashimis

Photo : J.F. Hamon



francine.

NICOLAS

Préparation : 30 Min - Cuisson : 15 Min

Pour 6 personnes

**Pour la garniture : 200 g de filet de saumon | 200 g de thon |
200 g de turbot | 1 c. à soupe de moutarde |
4 c. à soupe de sauce soja | 1 botte de ciboulette**

**Pour la pâte : 1 sachet de préparation pour crêpes au sarrasin Francine |
50 cl d'eau**

Dans un saladier, **verser** le contenu d'un sachet de préparation pour crêpes au sarrasin puis l'eau, tout en remuant avec un fouet. **Mélanger** jusqu'à obtenir une pâte lisse. **Pas besoin de laisser reposer la pâte !**

Faire cuire 6 fines crêpes au sarrasin et les **conserver** au chaud.

Emincer les poissons en très fines lamelles. **Délayer** la moutarde avec la sauce soja.

Disposer chaque galette sur une assiette. **Répartir** les lamelles de poissons. **Ajouter** la moutarde au soja. **Rouler** les galettes et les **couper** en tronçons de 5 cm. Les **lier** avec un brin de ciboulette.

Conseil : le poisson doit être très frais.

- Nez : fumé et minéral.
- Bouche : profond, minéral, pur avec une allonge sapide.



le conseil de votre caviste :

Mas des Montagnes Terroirs
Altitude 2009 Côtes du Roussillon
blanc

Et aussi :

Champagne Jacquart brut
Sélection

Retrouvez toutes les recettes de Francine sur www.francine.com

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, A CONSOMMER AVEC MODÉRATION