

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



# RILLETTES DE MAQUEREAUX SUR TARTINES

ACCOMPAGNÉES DU CÔTES DU RHÔNE

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)  
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

**NICOLAS**

 **EPMT**  
ÉCOLE DE PARIS  
DES MÉTIERS DE LA TABLE

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Préparation: 15min  
Temps de cuisson : 15min

Niveau : Facile  
Budget : Bon marché

## POUR 8 PERSONNES

- Maquereaux: 600g
- Jeunes pousses d'épinards : 2 poches
- Bouillon au vin blanc : 1,5l
- Crème fraîche épaisse : 150g
- Moutarde forte : 1,5 c.a.s
- Câpres : 1,5 c.a.s
- Cornichons émincés : 4
- Sel
- Tabasco
- Huile de noisette
- Vinaigre à l'échalote
- Pain de campagne tranché : 1

### Base

- Demander au poissonnier de fileter le poisson.
- Pocher les filets dans le court bouillon du vin blanc pendant 10 minutes et laisser refroidir.
- Emietter le poisson et incorporer la crème fraîche, la moutarde forte, les câpres hachées et les cornichons émincés.
- Mélanger en rajoutant le sel et un peu de Tabasco selon le goût.
- Laisser au frais avant de servir.

### Garniture

- Laver les pousses d'épinards.
- Réaliser la vinaigrette avec l'huile de noisette et le vinaigre d'échalote.

### Finition

- Choisir un pain de campagne tranché chez le boulanger.
- Faire griller les tranches et y étaler les rillettes.
- Saupoudrer de ciboulette ciselée.



## LA SUGGESTION DU CAVISTE LES VIGNIERS ORTAS 2016

AOP CÔTES DU RHÔNE  
Un joli nez frais de pêches blanches et de poire. Allonge franche et caractère marqué !

**Pourquoi cette alliance ?**  
La fraîcheur et la vivacité de ce vin seront les bienvenues pour équilibrer le salé et le gras du poisson.



Imprimé sur papier PEFC, issu des forêts gérées durablement

Retrouvez toutes les recettes de Nicolas sur [recettes.nicolas.com](http://recettes.nicolas.com)



### Le petit plus de...

**Cédric Dussillol** apprenti en Terminale Bac Professionnel Cuisine (EPMT).

« Idéal pour un apéritif entre amis. Le pain de campagne peut-être remplacé par des wraps ou des blinis ».