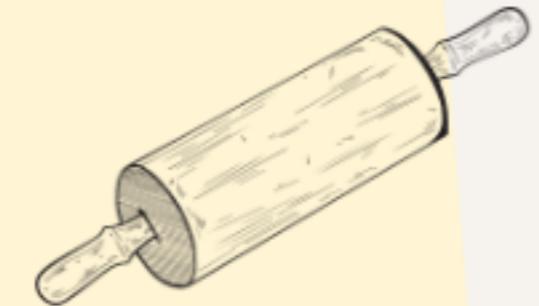
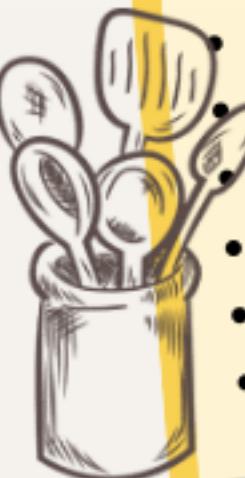


Salade de pommes de terre, artichauts et truite fumée

Ingrédients pour 2 personnes

- 1 cœur de saumon de 250 gr
- Riz Basmati ou complet
- Poivrons pour accompagner le riz
- 1 oignon jaune
- 10 cl de vin blanc sec et fruité
- 6 tiges de persil (de préférence plat)
- 3 tiges de cives
- 3 gousses d'ail dégermées
- 1 petit oignon
- 1 petit piment Végétarien
- 1 citron vert (Jus + zestes)
- 10 cl d'eau frémissante
- 1 Morceau de tomate (facultatif)
- 4 cuillères à soupe d'huile de Tournesol
- Fleur de sel - poivre au moulin (si nécessaire)



Etapes

- Eplucher les pommes de terre, cuites à l'eau, et les couper en rondelles dans un plat.
- Essorer les coeurs d'artichauts et les couper en deux dans la longueur. Les ajouter
- Détanner la truite en morceaux et les ajouter au plat
- Laver et ciseler la ciboulette. L'ajouter. Poivrer (saler vraiment très très peu).
- Couper deux tranches de pain de campagne assez épaisses et les faire griller au grill pain.
- A la sortie, les arroser d'huile d'olive et les saupoudrer d'origan. Couper le pain en morceaux et réserver.
- Verser la crème liquide dans un ramequin. Ajouter une cuillère à café de moutarde à l'ancienne. Saler et poivrer.
- Ajouter de la ciboulette ciselée, et un peu d'origan. Bien remuer le tout.
- Au moment de passer à la dégustation, ajouter la sauce/crème sur le dessus du plat. Ajouter les morceaux de pain grillé. Déguster aussitôt après avoir remuer délicatement la salade. Présenter le reste de sauce à part