

Salade de lentilles aux poissons fumés du Pacifique

FACILE

TEMPS DE PREPARATION

45 mn

TEMPS DE CUISSON

20 à 30 mn

INGREDIENTS POUR 8 PERS

- Assortiment de poissons fumés du pacifique pour 8 personnes (tout prêt dans le commerce)
- 250g de lentilles
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 800g de pommes de terre
- 800g de tomates

Pour la vinaigrette

- 20cl d'huile
- 5cl de vinaigre
- le jus d'un citron vert
- 50g de moutarde

Pour l'assaisonnement

- Gros sel
- Poivre
- Sel fin
- 3 clous de girofle

Pour le décor

- 8 citrons
- 50g de persil en branche
- 150g de salade

MATERIEL

- 2 casseroles
- 1 planche à découper
- 1 petit couteau

LA NOTE DU TROUBADOUR

Et pourquoi pas ?
La chair fumée des poissons du pacifique se marie très bien avec une salade de lentilles juste assaisonnée !



Élaboration de la recette

- 1) Préparer les pommes de terre : Cuire les pommes de terre avec leur peau soit à l'anglaise, soit à la vapeur. Au terme de la cuisson, les rafraîchir, puis les éplucher. Les tailler ensuite en rondelles régulières et réserver au frais.
- 2) Préparer les lentilles : Cuire les lentilles pendant environ 15 à 20mn avec l'oignon piqué de trois clous de girofle, les trois gousses d'ail. Saler en fin de cuisson. Au terme de la cuisson, rafraîchir les lentilles puis les assaisonner avec une partie de la vinaigrette.
- 3) Monder les tomates puis les tailler en tranches comme les pommes de terre.
- 4) Préparer le décor : Effeuille le persil, laver la salade et historier les citrons.
- 5) Dressage : Disposer les lentilles, alterner une rondlette de tomate, une tranche de pommes de terre. Arranger harmonieusement sur l'assiette, les tranches de poissons fumés. Terminer le décor avec le persil et le citron. Servir frais.