

TARTARE D'ALGUES

INGRÉDIENTS POUR 1 PETIT BOL

- Mélange d'algues type "Salade du pêcheur" Bio en paillettes
- Eau de source
- Jus d'un demi-citron
- Sauce Soja ou Tamari
- Quelques câpres
- Huile d'olive
- Poivre
- Épices variées au choix (curcuma, curry, aromates...)

RÉALISATION

- Dans un bol, verser deux belles poignées de mélange d'algues en paillettes
 - Ajouter 2 cuillères à soupe d'eau.
 - Ajouter le jus de citron.
 - Puis, ajouter 1 cuillère à soupe de sauce de soja.
 - Bien mélanger et laisser les algues se ré-hydrater quelques instants.
 - Rincer les câpres et les émincer très finement. les ajouter aux algues.
 - Ajouter 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.
 - Finir en ajoutant le poivre, les épices et les aromates.
 - Bien mélanger, puis mettre au frais.
- Servir à l'apéritif, accompagné des petites tranches de pain grillé, frotté à l'ail.

Bon appétit !

