



Saumon mariné minute Tartare de soja au poivre vert

18/06/2019 à 08h30

Par [Dominique Jeanson](#)

Temps de préparation : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 360 g de saumon frais coupé en dés
- 1 botte de ciboulette
- 1 botte de cerfeuil
- 150 g de soja

Sauce saumon :

- 25 g de poivre vert rincé et égoutté
- 1 petite échalote grise hachée
- Le jus de 2 citrons verts
- 25 g d'huile d'olive

Préparation :

- Passez l'ensemble des ingrédients de la sauce saumon au mixeur, réduisez en fine purée;
- Emulsionnez la moitié de cette sauce saumon avec 25 g de fromage blanc à 20 % de MG (1 grosse cuillère à soupe) et ½ cuillère à soupe de sauce Worcestershire;
- Assaisonnez les dés de saumon avec la moitié de la préparation ci-dessus, salez légèrement, saupoudrez de ciboulette ciselée. Disposez en dôme au centre de l'assiette;
- Dressez le tartare de soja (du soja cru mélangé avec l'autre moitié de la préparation) sur chaque dôme de saumon;
- Décorez de pluches de cerfeuil, accompagnez éventuellement de 1 ou 2 toasts grillés.

L'astuce du chef :

Pour le dressage, aidez-vous de cercles en inox.