



Tartare de flétan et cresson

Temps de préparation : 40 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 200 g de filets de flétan (ultra frais)
- 2 cuillères à soupe de saké
- 4 cuillères à soupe de sauce soja naturellement fermentée Kikkoman
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 cuillère à café d'huile de sésame
- 1 cuillère à café de pâte de miso
- 1 cuillère à café d'ail haché
- 2 œufs
- 4 gousses d'ail
- Huile
- 4 tranches de pain de mie grillées
- 1 botte de cresson pour la garniture

1. Découper les filets de flétan en petits cubes. Mélanger le saké, la sauce soja, le sucre, l'huile de sésame, la pâte miso et l'ail haché et ajouter le flétan. Puis, battre les œufs. Si vous ne souhaitez pas utiliser des œufs crus, les faire cuire

à la coque 4 minutes, puis les écailler et émincer finement. Ajouter l'œuf au tartare et laisser reposer environ 20 minutes. Assaisonner avec de la sauce soja.

2. Pendant ce temps, éplucher et trancher finement les gousses d'ail, puis les faire blondir dans l'huile chaude. Les faire refroidir sur du papier absorbant.
3. Répartir le tartare sur 4 tranches de pain préalablement découpées en cercle.
4. Décorer avec quelques feuilles de cresson. Parsemer des tranches d'ail. Napper d'un trait de sauce soja.

© Kikkoman