



Bruschetta à la truite fumée, au fenouil et à la pomme granny

Niveau de difficulté : facile

Temps de réalisation : 25 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 1 oignon rouge
- 1 fenouil
- 1 pomme granny smith
- 265 g de carotte
- 20 g d'aneth
- 1 citron jaune
- 2 baguettes
- 20 g de graines de tournesol
- 100 g de ricotta
- 280 g de filet de truite fumée
- 4 c. à soupe d'huile d'olive vierge extra
- 2 c. à café de miel
- Sel et poivre

1. Préchauffez le four à 180 degrés sur grill si vous ne disposez pas d'un grille-pain. Ciselez l'oignon rouge et l'aneth finement. Épluchez et taillez les carottes en longs rubans à l'aide de l'éplucheur. Coupez le fenouil en deux, puis en quatre. Retirez la partie centrale (qui est plus dure) et ciselez le fenouil en très

fines lamelles. Réservez éventuellement les fanes pour décorer le plat final. Coupez la pomme Granny en bâtonnets. Coupez le citron en quartiers.

2. Coupez la baguette en deux dans le sens de la longueur et faites griller les tranches au grille-pain ou enfournez-les 5 à 8 minutes, jusqu'à ce que le pain soit doré et croustillant. Dans un saladier, ajoutez, par personne, le jus de 1/4 de citron, 1 cs d'huile d'olive et 1/2 cc de miel. Salez et poivrez, puis mélangez. Ajoutez la moitié de l'aneth, ainsi que le fenouil, les carottes, l'oignon et la pomme. Mélangez et réservez au frais.
3. Mélangez la moitié de l'aneth restante dans un bol avec la ricotta. Ajoutez 1/2 cs d'huile d'olive par personne, salez, poivrez et mélangez. Faites chauffer une petite poêle à feu vif et faites griller les graines de tournesol 1 à 2 minutes jusqu'à ce qu'elles commencent à sauter. Réservez-les hors de la poêle.
4. Émiettez la truite fumée avec une fourchette. Ajoutez de la salade comme base sur la le pain, la truite fumée, quelques morceaux de ricotta et finissez avec la moitié des graines, le reste de l'aneth et les fanes de fenouil. Disposez le reste de la salade et des graines à côté. Ajustez l'assaisonnement avec le jus de citron, de l'huile d'olive, le sel et le poivre.