



### LES TARTARES FACILES DE L'ÉTÉ



#### Tartare avocat champignons gambas :

**Version verrine apéritive pour 4 personnes** : 1 bel avocat mûr à point, 4 champignons de Paris frais cueillis et bien blancs, QS de graines tournesol, courge, pignons, le zeste et le jus d'un citron vert, quelques pousses de radis, 6 belles gambas crues ou à défaut de grosses crevettes cuites, 1cs d'huile d'avocat ou de pistache ou à défaut d'huile d'olive, sel, poivre.

Torréfiez 10min à 150° les graines. Décortiquez les gambas si vous avez fait ce choix, assaisonnez-les de sel et piment de Cayenne ou d'Espelette si vous préférez moins piquant et passez-les sous le grill du four 3min. Laissez-les refroidir et coupez-les en tronçons. Pelez l'avocat, coupez la chair en petits dés réguliers, pelez les champignons de Paris, coupez-les en dés de la même taille que les avocats, mélangez les dés et arrosez-les avec le jus de citron vert. Assaisonnez à convenance, ajoutez l'huile choisie, parsemez de ciboulette. Ajoutez les graines et les pousses de radis et répartissez le tout dans les verrines. Râpez des zestes de citron vert sur le dessus. Décorez le bord de la verrine avec une fine rondelle de citron. Servez bien frais.

#### Tartare de cabillaud au pesto maison :

**Version petite assiette creuse ou verrine pour 4 personnes** : 20 pipe rigate, QS de noisettes torréfiées concassées, quelques pousses de radis, le jus et le zeste d'un citron vert, QS de pesto maison, sel poivre, 200g de dos de cabillaud très frais.

**Le pesto** : un beau bouquet de basilic ou un mélange de plusieurs variétés de basilic, 1 grosse cs de pignons de pin et 1 grosse cs de pistaches préalablement torréfiés, 1/2 gousse d'ail, 50g de parmesan en morceaux, sel, poivre, QS d'huile d'olive. Mixez grossièrement tous les éléments, assaisonnez et ajoutez l'huile d'olive progressivement pour obtenir la consistance désirée.

Faites cuire les pâtes al dente comme indiqué sur le paquet, refroidissez-les, coupez-les en 2. Détaillez le dos de cabillaud en dés de 1cm de côté. Réunissez le tout dans un saladier, ajoutez le pesto, un peu de jus de citron vert si vous en aimez l'acidité et mélangez délicatement. Rectifiez éventuellement l'assaisonnement et réservez un quart d'heure au frais. Au moment de servir répartissez le tartare dans les contenants choisis, râpez dessus un peu de zeste de citron, et parsemez de pousses de radis et de noisettes concassées torréfiées. Ajoutez si nécessaire un filet d'huile d'olive.

