



POISSONNERIES SCHALLER
MESSEIN

Marchés couverts Nancy centre, Metz et Haussonville
Epinal - Marly - Jouy aux Arches-Sarreguemines – Dôle
Golbey - Essey les Nancy - Remiremont
Banc Iodé de Juliette marché de Nancy

TARTARE DE THON A LA CORIANDRE ET GUACAMOLE

Ingrédients pour 4 personnes :

500g de thon Albacore
2 avocats
3 oignons frais
½ bouquet de coriandre
1 citron vert
4 cs d'huile d'olive
2 cs de graines de sésame
Piment d'Espelette
Sel, poivre

Préparation :

Ecraser la chair de l'avocat à la fourchette. Ajouter l'huile d'olive, le jus de citron vert, le piment d'Espelette et du sel.

Hacher les oignons, ciseler la coriandre. Découper le thon en petit morceaux, ajouter 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, la coriandre ciselée, du sel, du poivre et les oignons hachés. Mélanger le tout à la fourchette.

Dressage :

Disposer le guacamole sur les assiettes et ajouter le tartare de thon parsemé avec les graines de sésame. Vous pouvez accompagner votre tartare avec des feuilles de mesclun.

Pour réaliser votre tartare, il est conseillé de congeler votre poisson 24H à l'avance

BONNE DEGUSTATION



Etablissement ostréicole
Henry SCHALLER
Marennes

En partenariat avec - les cuisines **CUISINE PLUS**
- les ustensiles de cuisine et pâtisserie

de Buyer 
DEPUIS 1830

Et le concours de l'Atelier MEON et des vêtements professionnels Profil Textile Ludres