

SALADE COEURS DE LAITUE AU FLÉTAN FUMÉ ET SAUCE MOU- TARDE AUX BAIES ROSES

Temps de préparation : 25 minutes

Temps de cuisson : 0 minutes

Pour 6 personnes

- Cœur de laitues: 4 pièces
- Flétan fumé
- 2 pommes granny smit
- 1 concombre
- 10g de moutarde à l'ancienne
- 20g de miel
- 2 citrons verts
- 3g baies de roses
- 10 cl huile d'olive
- 3 pincée sel fin
- 3 tours moulin à poivre



Préparation

Laver et sécher les coeurs de laitue. Laver les pommes et les couper en bâtonnets.

Éplucher le céleri et le concombre, épépiner le concombre, puis couper le tout en petits dés. Dans un bol, mélanger le jus de citron, la moutarde, le miel, le sel et le poivre. Bien mélanger avec l'huile d'olive et finir avec les baies roses.

Pour le montage : dans un saladier, réunir la salade et les légumes, les assaisonner de vinaigrette moutarde et les répartir en assiettes plates. Finir avec de belles tranches de flétan harmonieusement disposées sur le dessus.

