



Entrées froides aux produits de la mer

Rillettes de rouget-barbet



2h38 **30 min** **8 min** **2h** **224**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

400 g **Rouget**
130 g **Crème fraîche épaisse**
5 tige(s) **Aneth**
50 g **Echalote(s)**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation et cuisson du poisson

- 1 Lever soigneusement la peau et les arêtes des rougets-barbets.
- 2 Porter une casserole d'eau à ébullition. Pocher les filets de poisson dans l'eau frémissante pendant 8 minutes.
- 3 Egoutter et laisser refroidir.

Étape 2

Préparation des aromates

- 1 Eplucher et émincer très finement les échalotes.
- 2 Passer l'aneth rapidement sous l'eau froide et la ciseler.
- 3 Verser le tout dans un saladier.

Étape 3

Dressage

- 1 Ajouter les filets de rougets-barbets, la crème fraîche, le sel, le poivre dans le saladier.
- 2 Mélanger avec une fourchette. Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
- 3 Placer au frais au moins deux heures avant de tartiner

sur des tranches de pain grillé.