



Beurres et Sauces

Melet - crème d'anchoïade au fenouil



3h15 **15 min** **0** **3h** **153**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la crème

100 g **Anchois frais entier(s)**
1 c. à café **Graine(s) de fenouil**
1 c. à café **Herbes de Provence**
2 feuille(s) **Laurier**
4 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la crème d'anchoïade

- 1 Dans un saladier rempli d'eau, laisser dessaler les anchois 2 heures.
- 2 Jeter l'eau salée et égoutter les anchois dans une passoire.
- 3 Dans le mortier, ajouter les graines de fenouil, les herbes de Provence et le poivre.
- 4 A l'aide du pilon, réduire les graines de fenouil et les herbes de Provence en poudre afin de dégager toutes leurs saveurs.
- 5 Ajouter les anchois dans le mortier et avec le pilon, les réduire en une purée crémeuse.
- 6 Verser la crème d'anchoïade dans un ramequin et glisser les feuilles de laurier.
- 7 Verser l'huile d'olive sur la crème d'anchoïade afin de la recouvrir complètement. Cela permet une meilleur conservation.
- 8 Réserver au réfrigérateur pendant au moins 1 heure.

Étape 2

Dressage de la crème d'anchoïade

- 1 Présenter la crème d'anchoïade dans un ramequin de service.
- 2 Servir la crème d'anchoïade accompagnée de légumes frais ou de pain.