



Entrées froides aux produits de la mer

Roulades de courgettes crues farcies à la crème de poissons fumés



30 min 30 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

234

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Crème de poissons fumés

200 g **Saumon fumé**
50 g **Hareng(s) fumé(s)**
15 cl **Crème liquide (fleurette)**
0.5 **Oignon(s)**
2 c. à café **Jus de citron**
2 pincée(s) **Piment d'Espelette**
1 pincée(s) **Poivre cinq baies**

Roulades de courgettes

1 **Courgette**

Étape 1

Préparation de la crème de poissons fumés

- 1 Couper le saumon fumé et le hareng en petits dés et les mettre dans le bol du mixeur.
- 2 Éplucher et émincer l'oignon et l'ajouter aux dés de poissons fumés.
- 3 Ajouter la crème, le jus de citron, le piment d'Espelette et le poivre 5 baies.
- 4 Mixer le tout jusqu'à obtenir une crème homogène.
- 5 Réserver la crème dans un bocal en verre et la garder au réfrigérateur jusqu'au moment de l'utiliser.

Étape 2

Préparation des roulades de courgettes

- 1 Laver les courgettes, en éliminer les extrémités.
- 2 A l'aide d'une mandoline les couper en tranches fines et les disposer sur une assiette.
- 3 Mettre une cuillère à café bombée de crème de poissons fumés sur l'une des extrémités de chaque tranche de courgettes.

- 4 Rouler chaque tranche de courgette, bien serrée autour de la crème, pour former les roulades.
- 5 Fermer chaque roulade avec un cure-dents.
- 6 Disposer les roulades sur une assiette et les réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de les servir.