

Petits pains de , **HADDOCK** façon lobster roll

 4 personnes



INGRÉDIENTS



- 500 g haddock
- 1 poivron jaune
- 1 jaune d'œuf
- Moutarde à l'ancienne 1 cuillère à soupe
- Moutarde classique 1 cuillère à café
- 200 ml huile neutre (tournesol)
- 1/4 botte estragon
- 1 citron jaune
- 1 citron vert
- 1 grosses tomate
- Une cuillère à café d'huile d'olive

PETITS PAINS AU CHARBON

- 50 g de farine
- 4,2 g de levure de boulanger
- 1,2 g de sucre
- 2,5 g d'huile d'olive
- 1,2 g de sel
- 22,5 g d'eau



1

Réaliser une mayonnaise avec le jaune d'œuf, les 2 moutardes, le jus d'un demi citron jaune et quelques feuilles d'estragon haché. Réserver au frais.

2

Mondez la tomate, enlever la peau et couper la chair de la tomate en petite brunoise.

3

Couper le poivron en quatre et enlever les graines. Huiler légèrement le poivron et passer le au four à 180 degrés pendant une demi heure.
Le mettre dans un sac congélation en enlevant le maximum d'air pendant 20 minutes. Cela permet ensuite d'enlever facilement la peau du poivron.
Couper le poivron en lanières et les parures en petite brunoise.

4

Mélanger la brunoise de tomate avec celle de poivron, assaisonner avec sel, poivre et un peu d'huile d'olive.

5

Couper le haddock en lanières.

6

Couper le pain sur un côté et le garnir avec le mélange de brunoise au fond, ensuite une cuillère à café de mayonnaise et finir par les lanières de poivron et de haddock.

PETITS PAINS AU CHARBON

7

Dans un cul-de-poule, mélanger la levure, le sucre, l'huile d'olive, le sel et l'eau. Ajouter la farine, pétrir. Incorporer la poudre de charbon végétal jusqu'à obtenir une texture lisse.

6

Laisser lever pendant 2 h à température ambiante.

7

Etaler la pâte sur 3 mm d'épaisseur, tailler en carrés de 6cm de côté. Préchauffer le four à 230 °C et faire cuire 2 minutes.



DÉCOUVREZ
D'AUTRES RECETTES

www.boulogne-lamerendirect.fr

*Ici, la mer
 nous inspire*

