

recette écomiam

# ROULEAU DE TRUITE FUMÉE À LA CRÈME ET SA MARINADE DE LA MER



4 pers.



30 min



0 min

## Ingrédients

### Surgelés écomiam

- 1 barquette de truite fumée décongelée
- 50 g de ciboulette décongelée

### Épicerie / Marché

- 200 g de bigorneaux cuits
- 200 g de moules de bouchot décoquillées cuites
- 1 yaourt à la grecque
- Vinaigrette : sel, poivre, citron, huile d'olive, une càs de soja

## Préparation

- Disposez les tranches de truite fumée sur un film alimentaire.
- Mélangez le yaourt à la grecque avec la ciboulette et disposez la crème sur la truite fumée.
- Enroulez la truite avec du film alimentaire en serrant bien vers vous et disposez au congélateur 15 min à 20 min.
- Pour la marinade de la mer, coupez en petits dés le concombre et mélangez-les avec les moules et les bigorneaux.
- Ajoutez la vinaigrette et de la ciboulette.
- Sortez le rouleau de truite fumée du congélateur, laissez reposer 2 à 3 min, enlevez le film alimentaire et coupez des tronçons de 2 cm d'épaisseur.
- Disposez 4 tronçons de truite par assiette puis ajoutez la marinade de la mer.
- Ajoutez un peu d'aneth, quelques feuilles de mâche et quelques gouttes de vinaigrette.
- Réhaussez le plat avec quelques graines de baie roses.

Bon appétit !