



MW

X

VICTOR

3

X



S

⚡



6 loups



2 heures



difficile



1h

TARTARE DE TRUITE BRUXELLOISE, CANTILLON ET BETTERAVE



1 TRUITE DE +/- 700 GR DE CHEZ BIGH

+/- 1 KG DE SEL MARIN

+/- 75 CL DE KRIEK DE LA BRASSERIE CANTILLON

+/- 100 GR DE BETTERAVE LACTO FERMENTÉ

+/- 80GR DE JUS DE FERMENTATION DE BETTERAVE

2 (JAUNES) ŒUFS

+/- 30 GR DE MOUTARDE

+/- 50 CL D'HUILE NEUTRE

1 BOTTE D'ANETH

1

BETTERAVES LACTO-FERMENTÉES :

CHOISISSEZ DES BETTERAVES FRAÎCHES ET BIEN NETTOYÉES. COUPEZ LES BETTERAVES EN TRANCHES FINES OU EN DÉS, SELON VOTRE PRÉFÉRENCE. PLACEZ LES BETTERAVES DANS UN BOCAL EN VERRE PROPRE ET STÉRILISÉ. PRÉPAREZ UNE SAUMURE EN MÉLANGEANT DE L'EAU ET DU SEL (ENVIRON 2 CUILLÈRES À SOUPE DE SEL PAR LITRE D'EAU). VERSEZ LA SAUMURE SUR LES BETTERAVES DANS LE BOCAL, EN VOUS ASSURANT QU'ELLES SONT COMPLÈTEMENT IMMERGÉES. FERMEZ LE BOCAL HERMÉTIQUEMENT ET LAISSEZ LES BETTERAVES FERMENTER À TEMPÉRATURE AMBIANTE PENDANT AU MOINS 3 SEMAINES.

2

PRÉPARATION DE LA TRUITE :

PLACEZ UN DES FILETS DE TRUITE DANS LA SAUMURE ET LAISSEZ-LE MARINER PENDANT UN CERTAIN TEMPS. ENSUITE, FAITES MARINER CE FILET DANS LA KRIEK PENDANT UN CERTAIN TEMPS. FUMEZ CE FILET DE TRUITE À FROID PENDANT ENVIRON 1 HEURE. TAILLEZ LE DEUXIÈME FILET DE TRUITE EN PETITS MORCEAUX CRUS.

WAOoUH

WOLF
FOOD
FiGHT



6 loups



2 heures



difficile



1h

TARTARE DE TRUITE BRUXELLOISE, CANTILLON ET BETTERAVE



1 TRUITE DE +/- 700 GR DE CHEZ BIGH

+/-1 KG DE SEL MARIN

+/- 75 CL DE KRIEK DE LA BRASSERIE CANTILLON

+/-100 GR DE BETTERAVE LACTO FERMENTÉ

+/- 80GR DE JUS DE FERMENTATION DE BETTERAVE

2 (JAUNES) ŒUFS

+/- 30 GR DE MOUTARDE

+/-50 CL D'HUILE NEUTRE

1 BOTTE D'ANETH

3

PRÉPARATION DES ACCOMPAGNEMENTS :

TAILLEZ LA BETTERAVE LACTO-FERMENTÉE EN BRUNOISE. PRÉPAREZ UNE MAYONNAISE EN MÉLANGEANT DE LA MAYONNAISE CLASSIQUE AVEC DU JUS DE BETTERAVE LACTO-FERMENTÉE.

PRÉPAREZ UNE VINAIGRETTE À LA KRIEK EN MÉLANGEANT DE LA KRIEK AVEC DE L'HUILE D'OLIVE, DU VINAIGRE, DU SEL ET DU POIVRE. PRÉPAREZ UNE POUDRE D'ANETH EN SÉCHANT DE L'ANETH FRAIS ET EN LE RÉDUISANT EN POUDRE. PRÉPAREZ UNE HUILE D'ANETH EN FAISANT INFUSER DE L'ANETH FRAIS DANS DE L'HUILE D'OLIVE.

4

FINITION ET DRESSAGE

MÉLANGEZ LES MORCEAUX DE TRUITE CRUS AVEC LA BRUNOISE DE BETTERAVE LACTO-FERMENTÉE. ASSAISONNEZ LE MÉLANGE AVEC LA VINAIGRETTE À LA KRIEK. DRESSEZ L'ASSIETTE EN DISPOSANT LE TARTARE DE TRUITE ET BETTERAVE AU CENTRE. ARROSEZ AVEC UN FILET D'HUILE D'ANETH. SAUPOUDREZ DE POUDRE D'ANETH. DÉCOREZ AVEC DES BRINS D'ANETH FRAIS.

WAOoUH

WOLF
FOOD
FiGHT