

Tartare d'algues

Recette adaptée de <https://vegan-pratique.fr/recettes/tartare-dalgues-cru-vegan/>.

Ingrédients

- 50 grammes d'algues déshydratées en paillettes (je prends [ce mélange tout prêt et bio](#))
- 1 échalote
- 8 cornichons
- 1 petite gousse d'ail
- 45 millilitres (3 cuillères à soupe) de jus de citron, ou le jus d'un petit citron
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- 8 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de sauce soja

Préparation

- mettre l'échalote, les cornichons et la gousse d'ail dans le bol
- mettre le couvercle avec le bouchon et mixer 5 secondes à vitesse 5
- ajouter les algues
- ajouter tout le reste
- mettre le couvercle avec le bouchon et mixer 10 secondes à vitesse 4
- transvaser dans un bocal et garder au frais au minimum 15 minutes avant utilisation, le temps que les algues se réhydratent

Se conserve au frais.

Nota bene

- la recette originale ajoute un peu de poivre ou de mélanges de baies, je trouve que ce n'est pas nécessaire, mais faites-vous plaisir
- c'est délicieux tartiné sur du pain, mais aussi dans du riz froid, ou dans n'importe quelle salade
- si on n'a pas de thermomix, on peut utiliser un mixer pour exploser les cornichons/échalote/ail ou les couper fin à la main, et mélanger le tout manuellement.

Révision #1

Créé 15 juin 2025 09:44:04 par Luc

Mis à jour 15 juin 2025 09:52:30 par Luc