

RILLETTES DE SARDINES AUX ALGUES

Ingrédients

2 cs de mélange de 3 algues en paillettes (laitue de mer, dulse, nori)
1 boîte de sardines à l'huile
50 g de fromage à tartiner nature
¼ de citron et la même quantité d'eau
1 cs de vinaigre de cidre
Un peu de purée de piment
Sel poivre

Préparation

Réhydrater les algues dans le citron, le vinaigre et l'eau
Réduire les sardines en miettes en retirant les arêtes et y ajouter le fromage à tartiner, les algues et un peu de purée de piment
Assaisonner

Remarque

Servir à l'apéritif sur des toasts légèrement grillés ou des crackers voire en entrée : tomates farcies



Recette proposée par Elise C
d'après le livre « savez vous goûter les algues » page 56
2016, Presses de l'Ecole des Hautes Etudes en Santé Publique
Troc-recette du 31 / 7 / 2017