



Tartine de truite de mer fumée

 Facile  20 minutes  4 personnes

Ingrédients :

4 tranches de truite de mer fumée

Huile ISIO 4 BIO Stop Goutte

4 tranches de pain complet (type Poilâne)

1 petite botte de cerfeuil

1 petite botte de ciboulette

160g de chou blanc

1 pomme verte Granny Smith

3 cuillères à soupe de pistaches décortiquées

Graines de courges grillées

1 citron jaune

240g de fromage blanc

1 oignon rouge



①

Préchauffez votre four Thermostat 7 grill. **Versez** un **filet d'ISIO 4 BIO** sur les quatre tartines et passez-les sous le grill de votre four afin de les rendre blondes et croustillantes, puis laissez-les refroidir.

②

Dans un bol, **mélangez** le fromage blanc avec les graines de courges grillées, le cerfeuil et la ciboulette ciselés, puis **assaisonnez**.

③

Émincez le chou blanc, assaisonnez-le d'un **filet d'Isio 4** et de vinaigre de xérès.

④

Lavez, ôtez le cœur de la pomme et **taillez-la** en fins bâtonnets de 2 mm de côté sans l'éplucher. **Ajoutez** quelques gouttes de citron, puis mélangez délicatement au chou.

⑤

Garnissez les tartines du mélange de fromage blanc, **répartissez** le mélange chou-pomme et **disposez** les tranches de truite fumée découpées selon votre envie.

⑥

Ajoutez un tour de poivre du moulin, parsemez d'oignon rouge taillé en fines rondelles, et de pistaches concassées. Vous pouvez accompagner ces tartines d'une soupe froide.