



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
153164	Galette de sarrasin au sel de Guérande nature 60 g	100 Gramme
17999	Plein-filet de bar avec peau sans arêtes 150 g 8 Beaufort	100 Gramme
277330	Tartare de concombres 1,5 kg Bon&Engagé	15 Gramme
24456	Beurre micropain demi-sel 80% MG 10 g Président professionnel	10 Gramme
	Sel et poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Mettre en décongélation les galettes de blé noir à 0+3°C avant utilisation
- 2 Découper les galettes à l'emporte pièce rond, les mettre au four à 160°C pendant 20 minutes sur une plaque à pâtisserie entre deux feuilles de cuisson puis réserver
- 3 Mettre le filet de bar en décongélation, le découper en cubes et les poêler en aller-retour au beurre demi-sel
- 4 Procéder au montage : dans un support cylindrique, déposer successivement une galette et une base de tartare. Répéter l'opération et finir avec une galette. Puis poser le filet de bar sur le dessus. Saler, poivrer et faire tenir l'ensemble avec un pic
- 5 En option : possibilité d'ajouter des brins de ciboulette pour la décoration