



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
153164	Galette de sarrasin au sel de Guérande nature 60 g	10 Pièce
8627	Moules du Pacifique décoquillées cuites 200/500	200 Gramme
30731	Cube de colin d'Alaska sans arêtes MSC 25 g Sélection du Quotidien	300 Gramme
3582	Cube de saumon sauvage du Pacifique sans arêtes 25 g	300 Gramme
280882	Julienne de légumes CE2 2,5 kg Bon-et-Engagé	150 Gramme
20087	Echalote coupée 500 g PassionFroid	60 Gramme
	Sauce béchamel	150 Gramme

Etapas de préparation

- 1 Mettre en décongélation les crêpes en chambre froide pendant 24h à 0/+3°C
- 2 Cuire les cubes de poisson blanc et de saumon, sans décongélation, sur plaque à pâtisserie, au four à haute température entre 220°C et 240°C pendant 4 minutes. Réserver
- 3 Faire suer les échalotes au beurre demi-sel jusqu'à petite coloration. Intégrer à la sauce béchamel préalablement préparée. Rectifier l'assaisonnement. Réserver
- 4 Procéder au montage : déposer la sauce puis la garniture (julienne de légumes, moules décortiquées, cubes de poisson) au centre de la galette. Plisser en aumonière tenue avec un pic
- 5 Passer au four sur plaque à pâtisserie à 160°C pendant 10 minutes