Flatbread **aux Filets de Maquereaux**





4 personnes | 15 min préparation | 5 min cuisson

Les ingrédients

2 boîtes de 118 g de Filets de Maquereaux Citron bergamote et Aneth la belle-iloise
140 g de farine
25 g de parmesan
1/2 cuillère à café de levure chimique
17.5 g de polenta (ou semoule fine)
1 pincée de sel
70 ml d'eau chaude
30ml d'huile d’olive
Basilic frais
Ricotta
Citron
Huile d’olive
Ail
Parmesan
Noix de cajou
Épinards frais
Sel et poivre

Les étapes

1- Mélanger tous les ingrédients secs de la pâte
2- Mélanger l'huile et l'eau chaude, ajouter au mélange sec, pétrir rapidement pour obtenir une pâte souple. Laisser reposer 1h
3- Dans un blender : intégrer les épinards frais hachés grossièrement, les noix de cajou, le parmesan, une gousse d’ail coupée en morceaux, une pincée de sel, de poivre et l’huile d’olive
4- Mixer le tout. Le mélange doit garder quelques morceaux de noix de cajou

5- Verser la préparation dans un bol et réserver
6- Zester un citron sur la ricotta. Mélanger
7- Saler et poivrer. Ajouter quelques feuilles de basilic hachées. Mélanger
8- Faire chauffer une poêle avec un petit peu d'huile d'olive
9- Une fois que la poêle est bien chaude, faire cuire la pâte 2 minutes de chaque côté afin de la dorer
10- Assembler le flatbread : étaler le mélange de ricotta, zeste de citron et basilic, répartir des émiettés de filets de maquereaux, disposer quelques cuillérées de pesto sur l'ensemble du flatbread, ainsi que des noix cajou concassées
11- Dresser en ajoutant quelques feuilles de basilic frais sur le dessus