Tartine à la **rillette de Maquereaux, ricotta, petits pois et fèves**





2 personnes | 10 min préparation | 15 min cuisson

Les ingrédients

1 boite de 118 g de Filets de Maquereaux citron bergamote et aneth
150 g de ricotta
4 tranches de pain au levain
100 g de petits pois
100 g de fèves
100 g de kale
1 citron jaune
Huile d'olive
Quelques feuilles de menthe et de persil
Quelques graines de kasha
Sel et Poivre de Timut

Les étapes

1- Verser les petits pois dans une casserole d'eau bouillante et laisser cuire 15 minutes. Cinq minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les fèves
2- Egoutter les légumes, puis les plonger dans un bol d'eau glacée. Réserver
3- Retirer les nervures de chaque feuille de chou kale au couteau ou à la main. Laver les feuilles puis les recouper en lanières. Ciseler les feuilles de menthes et de persils
4- Zester le citron et réserver les zestes, puis le couper en deux et prélever le jus. Puis réserver
5- Dans un bol, mélanger les petits pois, les fèves, le kale, les herbes fraiches avec les zestes et le jus de citron et un filet d'huile d'olive. Réserver
6- Dans un autre bol, mélanger la ricotta, le maquereau et le poivre timut
7- Toaster les 2 tranches de pain. Etaler dessus la rillette de maquereaux à la ricotta, parsemer du mélange de légumes verts

8- Ajouter une pincée de sel et poivrer légèrement. Ajouter quelques graines de kasha et un filet d’huile d’olive. À déguster tout de suite !