

Brocolis grillés au tartare aux algues et aux cacahuètes



2 personnes

20 min préparation

15 min cuisson

Les ingrédients

1 verrine de 100 g Tartare aux algues de Bretagne la belle-iloise
1 bouquet de brocoli
1 poignée de cacahuètes grillées non salées
1 petit oignon rouge
Quelques feuilles de coriandre
Huile d'olive
Sel

Les étapes

- 1- Faire bouillir les fleurettes de brocoli dans une eau préalablement salée pendant environ 7, 8 minutes. Les plonger ensuite dans de l'eau glacée pour qu'elles gardent une belle couleur verte
- 2- Faire revenir les cacahuètes à la poêle pendant quelques minutes
- 3- Dans une poêle, verser un filet d'huile d'olive et y faire revenir les fleurettes de brocoli avec l'oignon rouge ciselé. Ajouter le tartare aux algues et faire revenir 3, 4 minutes en mélangeant régulièrement. Réduire le feu, ajouter les cacahuètes et laisser cuire pendant environ 2 minutes tout en mélangeant
- 4- Dresser et ajouter quelques feuilles de coriandre sur le dessus