



Entrées froides aux produits de la mer

Haddock et pommes de terre en salade



3h30 **40 min** **20 min** **2h30** **527**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Salade

500 g **Pomme(s) de terre**
200 g **Filet(s) de Haddock**
1 **Pomme(s)**
200 ml **Lait demi-écrémé**
200 g **Grains de maïs**
50 g **Noisette(s) entière(s)**
1 botte(s) **Ciboulette**
1 **Citron(s)**

Vinaigrette

150 ml **Crème liquide (fleurette)**
50 ml **Huile d'olive**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation du haddock

- 1 Lever la peau du haddock.
- 2 Le couper en dés.
- 3 Verser le lait dans un bol et ajouter le haddock.
- 4 Laisser tremper 1/2 heure pour le dessaler.

Étape 2

Préparation des pommes de terre

- 1 Eplucher les pommes de terre.
- 2 Les couper en petits dés, puis les rincer à l'eau froide.
- 3 Verser deux grands verres d'eau dans la casserole et y déposer dedans une marguerite ou un panier vapeur.
- 4 Disposer les pommes de terre coupées en dés et laisser cuire 15 à 20 minutes à feu moyen. Piquer avec un couteau pour vérifier la cuisson. Elles doivent rester fermes.
- 5 Les égoutter.

Étape 3

Préparation des autres ingrédients.

- 1 Concasser les noisettes avec un couteau chef.
- 2 Faire griller les noisettes à la poêle à feu modéré pendant 5 minutes. Les verser dans une assiette pour qu'elles refroidissent.
- 3 Egoutter le maïs à l'aide d'une passoire.
- 4 Presser le citron pour recueillir le jus. Le verser dans un bol.
- 5 Laver la pomme (ne pas l'éplucher), la détailler en dés et la mélanger au jus de citron pour éviter qu'elle noircisse.
- 6 Passer rapidement la ciboulette sous l'eau froide et l'essuyer avec du papier absorbant. Ciseler la ciboulette.

Étape 4

Préparation de la vinaigrette

- 1 Mélanger la crème fluide, l'huile d'olive et le poivre dans un grand saladier.

Étape 5

Dressage

- 1 Egoutter le haddock.
- 2 Mélanger les ingrédients délicatement dans un saladier.
- 3 Placer au frais au moins deux heures avant de déguster.