

BOUCHÉES CROQUANTES DE LA MER FALAFELS THON MSC* CUISINÉS FAÇON LIBANAISE



|  x4 |

INGRÉDIENTS

- 1 barquette de Falafels Thon MSC cuisinés façon Libanaise 165g Cap Océan
- 1 pot de yaourt à la grecque
- De l'huile d'olive
- Du sel et du poivre
- Du piment d'Espelette
- Du cumin en poudre
- Le jus d'un demi citron
- Quelques brins de ciboulette
- Une petite boîte d'œuf de truite (ou autre)
- Une poignée d'oignons frits

MATÉRIEL

- Un four + plat de cuisson
- Une planche à découper

RÉALISATION

Placez les Falafels Thon MSC cuisinés façon Libanaise dans un plat allant au four et faites les cuire en suivant les conseils de cuisson.

Pendant ce temps, réalisez la sauce yaourt : hachez finement la ciboulette et ajoutez-la au yaourt, avec le jus de citron, un filet d'huile d'olive, le sel, le poivre, une pincée de cumin, et une petite pincée de piment d'Espelette. Mélangez.

Une fois les Falafels Thon MSC cuisinés façon Libanaise cuits, passez au dressage façon bouchées traiteur : déposez sur chaque Falafel Thon MSC cuisinés façon Libanaise une petite cuillère de sauce yaourt, quelques œufs de poisson pour le côté iodé et enfin terminez par quelques oignons frits pour le côté croustillant.

NB : Cette recette peut aussi être réalisée avec les autres produits de la gamme « Apérofish » de Cap Océan.