



Rillettes de thon

Cette recette est tirée des travaux de Gilles Daveau.

Ingrédients pour un bol de rillettes

- 150 g de légumes secs cuits et égouttés (haricots blancs, pois chiches, flageolets ...)
- 1 boîte de thon (environ 150 g) – possible de remplacer par un autre poisson
- 40 g d'huile d'olive ou autre
- 40 g d'échalote
- Jus d'un demi citron

Ustensiles

Planche et couteau

Une balance

Petit mixeur

Etapas

1. Bien égoutter les légumineuses cuites et les verser dans le mixeur.
2. Ajouter le thon, l'huile, l'échalote ciselée fin et le jus de citron.
3. Mixer le tout.
4. Assaisonner avec sel et poivre.