PAIN DE THON AU WAKAME

Ingrédients

250 g de thon au naturel
5 œufs
20 cl de crème fraîche épaisse
10 g de wakamé réhydraté
Sel / poivre

Préparation

Ecraser le thon puis ajouter les œufs battus en omelette, la crème et le wakamé réhydraté
Assaisonner et bien mélanger le tout

Cuisson :
Dans un moule beurré, au bain-marie
45 à 50 minutes à 180° suivant votre four
Laisser refroidir

Suggestion : Servir en entrée avec une “ vinaigrette au Tartimer “ (voir recette)
ou à l’apéritif sur des feuilles d’endives

Recette proposée par Anne-Yvonne M
Troc-Recettes du 7 / 8 / /2018
d’après “ La cuisine aux Algues “ de Pierrick Le Roux / Editions J.P Gisserot