

Carpaccio de lotte au citron vert et au fenouil

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 200 g de filet de lotte
- 100 g de fenouil émincé
- 50 g de poivrons
- 1 cuillère à soupe de gingembre coupé
- 4 feuilles de basilic
- 1 échalote
- 1 gousse d'ail
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 jus de citron vert
- Poivre du moulin

Préparation

- Coupez les filets de lotte en tranches fines et réservez au frais.
- Ciselez l'ail, l'échalote et le gingembre et pressez le citron vert.
- Mélangez l'huile d'olive avec le jus de citron vert, l'ail, le gingembre et l'échalote.
- Répartissez la moitié de cette marinade sur 4 assiettes plates, déposez les tranches de lotte, poivrez et retournez-les. Réservez au frais.
- Coupez le fenouil et les poivrons en lanières.
- Mélangez-les avec le reste de marinade. Ajoutez le basilic. Réservez le tout au frais pendant 2 heures.
- Disposez le fenouil et le poivron sur les tranches de lotte et servez.

Valeurs nutritionnelles par personne

- **Potassium : 400 mg**



- **Phosphore : 260 mg**



- **Sel : négligeable**