

Rotlles de Carbassó amb Salmó



Ingrédients pour 4 personnes:

2 petites Courgettes BIO.
8 tranches de Saumon fumé.
200 g de Fromage frais nature.
2 cuil. à soupe d'Huile d'Olive Extra Vierge *Oliflix*.
Quelques branches d'Aneth fraîches
Sel et poivre du moulin.

Préparation:

- Préchauffer le gril du four.
- Laver les courgettes et couper-en les extrémités.
- A l'aide d'une mandoline ou d'un économiseur, tailler vos courgettes en tranches fines dans le sens de la longueur.
- Recouvrir la plaque du four de papier sulfurisé.
- Y déposer les tranches de courgettes, les badigeonner d'une cuil. à soupe d'huile d'olive avec un pinceau.
- Saler et poivrer les tranches de courgettes et enfourner-les pour 10 min.
- A mi-cuisson, retourner les tranches de courgettes et badigeonner l'autre face avec le reste d'huile d'olive.
- Retirer les tranches de courgettes grillées du four et les laisser refroidir complètement.
- Dans un saladier, assaisonner le fromage frais avec de l'aneth, du sel et du poivre.
- Lorsque les tranches de courgettes grillées sont froides, étaler 1 cuil. à soupe de fromage frais nature sur chaque tranche.
- Couper les tranches de saumon fumé en lanière de la même largeur que les tranches de courgettes grillées.
- Déposer les lanières de saumon fumé sur les tranches de courgettes grillées au fromage frais.
- Rouler les courgettes sur elles-mêmes et les maintenir avec des piques en bois.
- Réserver vos roulés de courgettes au saumon 1 h au réfrigérateur avant de les servir.