



# Dos de cabillaud, câpres, Fraises et betteraves

4 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 8 min

## Ingrédients :

4 dos de cabillaud  
Huile d'olive  
Sel, poivre  
2 betteraves cuites

### Sauce vierge aux fraises

125 g de fraises Ciflorette en petits dés  
Huile d'olive  
30 g de câpres  
20 g de cornichons en dés  
1 échalote ciselée



2 gousses d'ail hachées  
½ oignon rouge ciselé  
1 citron jaune  
1 cl de vinaigre balsamique  
¼ B de ciboulette

## **Préparation :**

### **Cabillaud**

Assaisonner les dos de cabillaud et cuire à la poêle à l'huile d'olive côté peau en premier.

### **Sauce vierge aux fraises**

Réunir ensemble les fraises, les câpres, les dés de cornichon, l'échalote, l'ail haché, l'oignon rouge, le jus de citron, le vinaigre et a ciboulette ciselée. Lier à l'huile d'olive

### **Préparation des betteraves**

Tailler de fines tranches de betterave. À l'aide d'un emporte-pièce réaliser des disques de tranches de betterave.

### **Dressage**

Dresser une rosace de betterave au centre de l'assiette, ajouter le dos de cabillaud au centre et la sauce vierge aux fraises sur le cabillaud.

