

## **salade de lentilles au haddock**

### **Ingrédients pour 4 personnes**

250 g de filet de haddock ( sous vide dans le rayon du saumon fumé)

200 g de lentilles

2 oignons

2 citrons

1 bouquet garni

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre

2 cuillères à café de moutarde forte

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

3 cuillères à soupe d'huile de noisette

1 échalote

sel et poivre

### **Préparation :**

Découper le haddock en pavés et le placer dans une terrine avec le jus des citrons et l'huile d'olive, Laisser macérer pendant 1 heure.

Placer les lentilles dans une cocotte avec les oignons émincés et le bouquet garni, et recouvrir d'eau froide, Porter à ébullition puis laisser mijoter 25 mn, Assaisonner.

Dans un saladier, mélanger le vinaigre, la moutarde, l'huile d'olive et l'huile de noisette.

Assaisonner et ajouter l'échalote ciselée et les lentilles égouttées froides ( ou tièdes selon les goûts)

Ajouter le poisson aux lentilles.