



Préparation de salicornes pour accompagner un plateau de fruits de mer

Catégorie : entrée

Tps. de préparation : 10 min

Tps. de cuisson : 5 min

Facile

3 pers.

Etapes :

Ingédients :

- 120g de salicorne
- Une gousse d'ail
- 3/4 tiges de persil



1. Les rincer à l'eau claire pour les débarrasser des impuretés (sable) et d'une partie de leur sel .
2. Epluchez la gousse d'ail.
3. Découpez en petit morceaux l'ail et le persil.
4. Faites revenir l'ail, le persil et la salicorne à la poêle à feux doux, jusqu'à qu'elles blanchissent.
5. Disposez les tiges de salicornes parmi es fruits de mer et régalez-vous.



Bon appétit !