



Terrine de poisson au basilic

Une recette facile !



Préparation : 15 min

Cuisson : 40 min

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 400 g de pavés de saumon (ou truite)
- 300 g de filets de poisson blanc type julienne, cabillaud...
- 1 petite boîte de coulis de tomates
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 petit bouquet de basilic ciselé
- sel, poivre
- 2 oeufs battus

Préparation :

Mixer au robot les filets de poisson cru.

Les verser dans un saladier puis incorporer un à un tous les autres ingrédients indiqués en remuant à la spatule.

Vérifier l'assaisonnement.

Tapisser le fond d'un moule à cake rectangulaire avec du papier cuisson (facilite le démoulage !).

Verser la préparation.

Faire cuire environ 40 min au bain-marie, au four préchauffé à thermostat 7 (210°C).

Démouler froid.

Servir bien frais accompagné d'une

mayonnaise

basilic / citron.

Garnir de crudités et de quelques pommes de terre tièdes.

Cette recette simple et rapide peut être déclinée avec différents assaisonnements (ail, persil, échalotes, curry, safran...). On peut également l'agrémenter de quelques coquillages (coques, morceaux de St Jacques, crevettes...).



Bon appétit !

Bulletin individuel d'adhésion FNPPSF

FÉDÉRATION NATIONALE DES PÊCHEURS PLAISANCIERS ET SPORTIFS DE FRANCE

Pour soutenir l'action de la FNPPSF, je choisis de devenir adhérent, deux formules me sont proposées :

**Vous pouvez demander la liste des associations de votre région au secrétariat de la Fédération.*

- Je deviens membre d'une association affiliée FNPPSF de ma région*.
Tarif : prix de la cotisation associative (variable) + 5,50 € cotisation FNPPSF et 6,50 € abonnement *Pêche Plaisance*.
Règlement global à effectuer auprès de l'association concernée.
- En l'absence d'association affiliée FNPPSF dans ma région, je choisis d'adhérer individuellement à la Fédération.
Cotisation FNPPSF tarif unique : 15 €
(paiement par chèque à : FNPPSF - BP n°14 - 29393 Quimperlé)
- Abonnement *Pêche Plaisance* (4 numéros) : 12 € (+ 3 € frais de gestion)

Votre NOM..... Prénom.....

Adresse

Code postal Ville.....

FNPPSF
 BP 14
 29393 QUIMPERLÉ
 Tél./Fax 02 98 35 02 81
 fnppsf@wanadoo.fr