

Bagel à la truite fumée:



Temps de préparation : 10
min

Sans cuisson

Ingrédients (pour 1 personne) :

- 1 pain bagel
- 1 tranche de truite fumée ou de saumon fumé
- ½ Avocat
- 1 cuillère à soupe de fromage frais
- Ou
- 1 carré de fromage frais
- Quelques feuilles de roquette
- Quelques gouttes de jus de citron jaune (pour l'avocat)
- 1 rondelle d'oignon rouge
- Aneth

Préparation :

1. Couper le bagel en 2 dans le sens de l'épaisseur (facultatif : griller légèrement les tranches de bagel)
2. Eplucher l'avocat et le couper en lamelles puis l'arroser de jus de citron, réserver
3. Couper l'oignon rouge en rondelles, réserver
4. Ciseler l'aneth, réserver
5. Etaler le fromage frais sur une des deux tranches (sur les deux c'est aussi possible)
6. Déposer la tranche de truite fumée puis parsemer d'aneth
7. Sur la truite mettre les lamelles du 1/2 avocat déjà préparé

8. Ajouter la rondelle d'oignon et les feuilles de roquette
9. Puis poser la 2^{ème} tranche de pain sur la préparation.