

Canapé de pomme de terre au tarama d'algues

- 5 petites pommes de terre (idéalement grenailles)
- 100g de tofu ferme fumé
- 3 càs d'algues séchées (au choix ou un mélange kombu, nori, wakamé, dulce, laitue, ou un mélange en paillettes)
- 2 càs de crème de soja lactofermentée (ou de yaourt au soja)
- 1 citron
- 2 càs de concentré de tomates
- 1 càc d'huile d'olive
- sel, poivre

1. Précuire les pommes de terre 10 minutes à la vapeur (un peu plus si elles sont grosses)
2. Couper les petites pommes de terre en 2, gardez la peau et couper un petit bout afin qu'elles soient stables avec la face coupée en deux vers le haut.
3. Terminer leur cuisson 10min à 200°C au four
4. Pendant ce temps, mixer les autres ingrédients
5. Ajouter le tarama vegan aux algues sur les pommes de terre. Mettre une petite pointe de concentré de tomate au dessus pour la petite touche finale.

Bouché de patate douce au maquereau inspiration Pérou

- 4 petites patates douces
- 1 boîte de maquereau au naturel ou à l'huile
- 1 oignon rouge
- 3 branches de coriandre fraîche
- Du tabasco (ou rocoto pour les connaisseur de la cuisine péruvienne)
- 2 citrons verts (ou jaunes)
- 2 CàS de cancha (maïs grillé) ou maïs doux si vous n'avez pas ou rien car facultatif (mais décoratif)

1. Éplucher les patates douces et les couper en rondelles. Les précuire 10 minutes à la vapeur (un peu plus si elles sont grosses)
2. Terminer leur cuisson 10 min à 200°C au four
3. Pendant ce temps, couper finement l'oignon rouge (petite astuce, les placer 20 min dans de l'eau froide pour diminuer le goût fort d'un oignon cru.)
4. Écraser le maquereau et le mélanger avec l'oignon et les autres ingrédients.
5. Ajouter la préparation de maquereau sur les rondelles de patate douce et ajouter 1 ou 2 grains de maïs