



# VINS DE PROVENCE

*le Goût du Style*

CÔTES DE PROVENCE  
COTEAUX D'AIX-EN-PROVENCE  
COTEAUX VAROIS EN PROVENCE

VINSDEPROVENCE.COM

Le style des vins de Provence est la signature du terroir et du savoir-faire des vignerons

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

# FILETS D'ANCHOIS FRAIS AUX AVOCATS



## RECETTE

Éplucher les avocats et les couper, de haut en bas en huit. Les cuire dans une casserole avec de l'eau bouillante salée pendant une minute.

Faire défaire par votre poissonnier les anchois en filets. Les faire mariner dans 100g de sel et 10g de sucre pendant 4 à 5 minutes puis les laver soigneusement sous le robinet avec un filet d'eau.

Ensuite les tremper 5 minutes dans une vinaigrette d'huile d'olive citronnée avec un peu de poudre de gingembre.

Dresser sur une assiette en mettant élégamment les feuilles de mesclun, poser les avocats et disposer dessus les filets d'anchois en parsemant de quelques graines de fenouil et de pluches d'aneth, arroser du reste de marinade d'huile citronnée sur tous les ingrédients.

À déguster avec un vin rosé AOC de Provence tendre, aérien et dominé par des notes florales.

---

## INGRÉDIENTS

16 anchois frais	2 branches d'aneth
2 avocats pas trop mûrs	1 pincée de poudre de gingembre
15 cl d'huile d'olive	100 g de mesclun
1/2 citron	1 cuillère à soupe de graines de fenouil
100 g de gros sel	
10 g de sucre	