

Carpaccio de fenouil, parmesan, graines de sésame, huile de Coudoux

Hyper simple et rapide à préparer... un peu de verdure servie avec les fromages lors du [Grand menu du 29 janvier...](#)



Ingrédients:

- 2 bulbes de [fenouil](#)
- 100 g de parmesan en bloc
- Huile d'olive du moulin de Coudoux
- Graines de sésame noir et blanc
- Fleur de sel de Guérande

Rincez les bulbes de fenouil. Épongez puis coupez le fenouil en fines tranches. Déposez-les dans une assiette. Arrosez d'huile d'olive et réfrigérez au moins 2 heures.

Au moment de servir, saupoudrez de parmesan en copeaux, parsemez de fleur sel et de graines de sésame. Poivrez.

Mes suggestions:

- Ajoutez des [graines germées](#).
- Servez-les avec des [tuiles de parmesan](#)

Les fromages et verdure servis au [Grand menu du 29 janvier...](#)

- Camembert chaud, perles de miel toutes fleurs d'Ardèche (*Petit traité de cuisine moléculaire de Anne Cazor et Christine Liénard*)

- Tome de brebis, chèvre frais et pavés de chèvre cendrés servis avec des [Chips de confiture à la pomme, figue, cannelle et vin rouge](#) et une gelée de vin rouge aux épices

- Verrine de flan de chèvre frais sur caramel de moutarde à la bière (*Petit traité de cuisine moléculaire de Anne Cazor et Christine Liénard*)

- Rouge, Moulis en Médoc, Château la Mouline 2000 ([Cave Conseil Chartreux](#))



De la Fourchette aux Papilles Estomaquées ... Made By TitAnick

<http://www.de-la-fourchette-aux-papilles-estomaquées.fr/article-carpaccio-de-fenouil-parmesan-graines-de-sesame-huile-de-coudoux-66257941.html>

Par TitAnick - Publié dans : [Salades](#) - Communauté : [Cuisine et AMAP](#)