

Tronçon d'espadon aux serettes confites

MOYENNEMENT FACILE

TEMPS DE PREPARATION

1 h 45 mn

TEMPS DE CUISSON

8 mn

INGREDIENTS POUR 8 PERS

- 8 tronçons d'espadon de 800 g chacun soit 1,6 kg de poisson
- 40 g de sucre
- 40 cl de vinaigre

Pour le fumet de poisson

- 800 g d'arêtes de poissons
- 50g de carottes
- 100 g de gros oignons
- 80g de beurre
- 1 bouquet garni
- 1 litre de vin rouge

Pour les serettes confites

- 800 g de serettes
- 500 g de gros sel
- 500 g de sucre
- 200 g d'eau

Pour le beurre manié

- 100 g de beurre
- 100 g de farine

Pour la finition

- 100 g de beurre

MATERIEL

- 2 casseroles
- 1 terrine ou saladier
- 1 chinois ou passoire fine
- 1 fouet à sauce

LA NOTE DU TROUBADOUR

La sauce parfumée aux serettes confites dégage un arrière goût acidulé qui se mélange bien avec la chair un peu ferme de l'espadon.



Élaboration de la recette

- 1) Réaliser le fumet de poisson au vin rouge comme indiqué page 9. Réserver.
- 2) Préparer les serettes : Saler les serettes pendant 5 à 6 h environ. Réaliser un sirop avec 500 g de sucre et 200 g d'eau. Porter à ébullition. Quand les serettes sont bien lavées les mettre à confire dans ce sirop pendant 1 heure environ. Les serettes deviennent bien rouges.
- 3) Cuire le poisson : Réaliser la gastrique en réunissant dans une petite casserole le sucre et le vinaigre, laisser caraméliser légèrement, ajouter le fumet et rectifier l'assaisonnement. Dans cette préparation, cuire les tronçons d'espadon et réserver au chaud. Vous pouvez ajouter un peu de sirop de serettes à ce fumet afin de lui apporter un peu plus de parfum fruité.
- 4) Terminer la sauce : Lier le fumet au beurre manié sur le feu en remuant avec un fouet à sauce. La sauce doit rester onctueuse et nappante mais pas plus. Passer la sauce au chinois étamine et beurrer légèrement pour lui apporter de la brillance.
- 5) Napper le fond de l'assiette avec la sauce. Déposer les tronçons d'espadon et disposer quelques serettes autour.