

Va'a Tahiti

Poisson mariné à l'ananas

FACILE

TEMPS DE PREPARATION

45mn

PAS DE CUISSON

INGREDIENTS POUR 8 PERS

- 800g de filet de thon rouge
- 8 à 10 citrons verts
- 350g de papayes vertes
- 4 ananas (1/2 par personne)
- Achards de légumes (2 cuillères à soupe de fort et 6 cuillères à soupe de doux)
- Sel fin et poivre.

Pour le décor

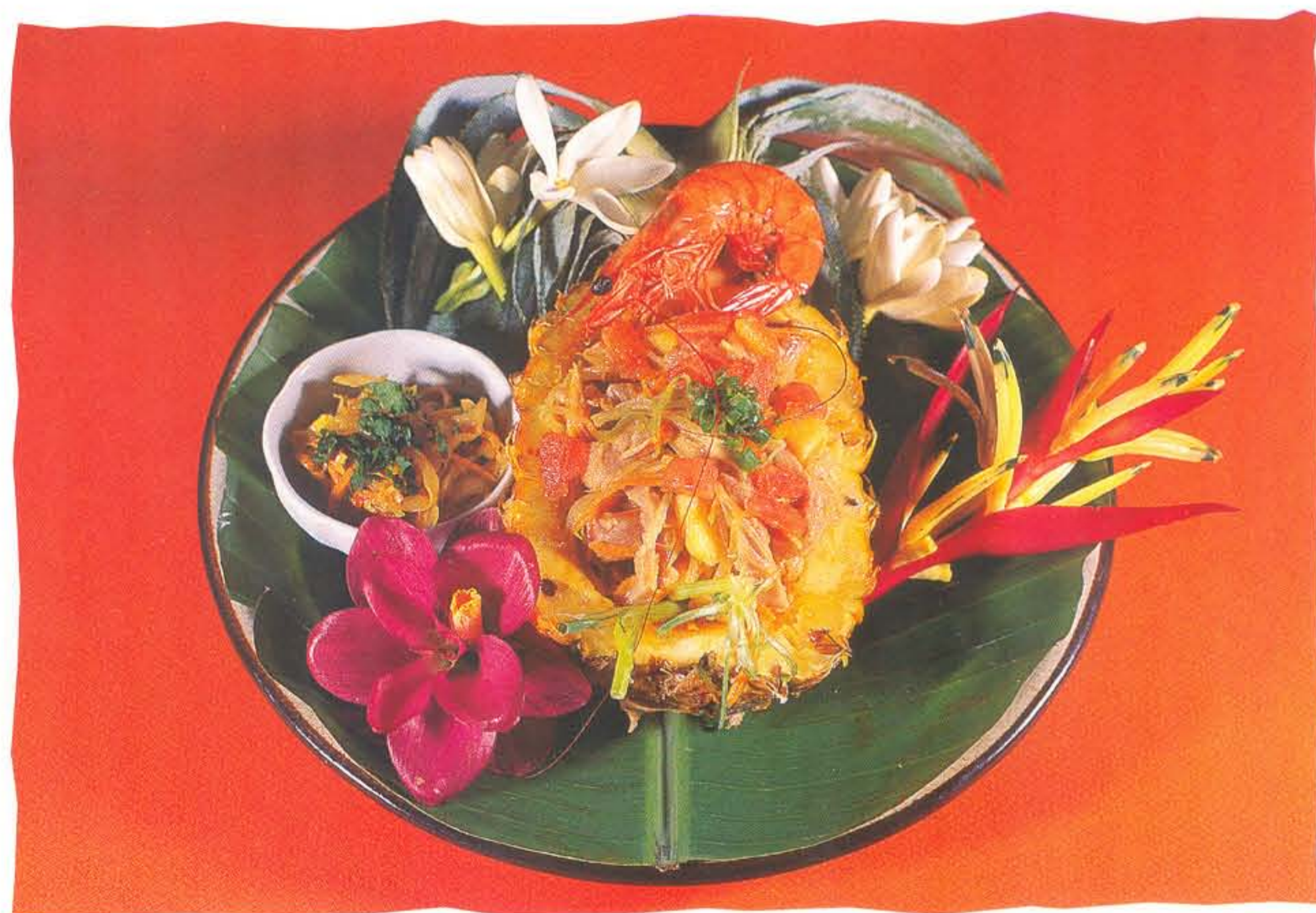
- Oignons verts
- Feuilles de salade
- 16 grosses chevrettes (facultatif)

MATERIEL

- 2 saladiers
- 1 couteau
- 1 mandoline
- 1 planche

NOTES PERSONNELLES

C'est une variante du poisson mariné qui permet de relever la préparation avec des achards de légumes et d'y apporter une pointe aigre-douce avec les ananas parfumés de Mooréa. La julienne de papayes vertes permet une meilleure digestibilité.



Élaboration de la recette

- 1) Détailler le poisson en petits bâtonnets de 1 cm sur 2. Les déposer dans un saladier avec de l'eau de mer froide.
- 2) Confectionner la julienne de papayes vertes : éplucher la papaye et enlever les graines avec une cuillère. Tailler en julienne fine et mettre à dégorger dans de l'eau froide salée pendant 1/4 d'heure.
- 3) Presser le citron vert, égoutter le poisson et le laisser mariner dans le jus pendant 10mn environ.
- 4) Égoutter la julienne de papayes vertes.
- 5) Couper les ananas en deux dans le sens de la longueur, ôter délicatement la chair sans crever le fruit. Tailler la chair de l'ananas en petits dés. Laver les feuilles de salade et ciseler les oignons verts.
- 6) Mélanger le poisson cru égoutté, la julienne de papaye verte, les dés d'ananas et les achards de légumes. Rectifier l'assaisonnement et réserver au frais jusqu'au moment de servir.
- 7) Dressage : Dans le demi-ananas, disposer au fond et sur les bords les feuilles de salade. Déposer en dôme le poisson mariné à l'ananas. Décorer d'une pincée d'oignons verts ciselés. Vous pouvez ajouter 2 grosses chevrettes cuites au court-bouillon par assiette pour apporter un peu plus de couleur à la présentation. Servir frais.