

Aguachile de filets de perches LOË légèrement fumé, mûres fraîches et pil pil



Benjamin Luzuy

Gourmet Brothers
52, route de Thonon
1222 Vérenaz

GOURMET
BROTHERS

LA PERCHE
LOË
PREMIUM SWISS FISH

Plat principal

 2 personnes

INGRÉDIENTS

5 filets de perches frais LOË LE
NATURE avec peau
1 kg de têtes de perches
100 g de jus de citron vert
1 concombre (la moitié mixée en
jus)
Huile fumée
Huile de piment rouge
Sauce soja
Shiro Dashi
Huile de sésame
Vinaigre de riz
1 pièce de daikon
Pousses de moutarde
5 pces de mûres
Poivre Sansho
1 botte de ciboulette
2 tortillas sèches (polenta
tessinoise)
Graines de sésame

PRÉPARATION

Nettoyer les perches et les couper en deux dans la longueur.

Mélanger le jus de citron, le jus de concombre, l'huile de sésame, l'huile de piment rouge, le Shiro-Dashi, la sauce soja et le vinaigre de riz.

Couper le daikon en bande à la mandoline japonaise.

Couper le concombre en bandes et les rouler en cône.

Couper les mûres en deux et réserver 5 demi-pièces par plat.

Faire un fumet de poisson avec beaucoup d'ail et les têtes de perches et les réduire à sec, l'émulsionner, une fois froid, à l'huile d'olive (1/3) et à l'huile neutre (2/3).

Remplir un siphon avec le Pil Pil et le garder tiède.

Fumer les filets de perches à froid avec l'aide d'un « smoking gun ».

Mariner les demi-filets de perches dans l'aguachile pendant 2 min ensuite l'éponger et l'assaisonner avec le poivre de Sansho et la ciboulette ciselée.

Cuire la polenta noire, la mixer, la sécher puis la couper à l'emporte-pièce rond comme des tortillas et la sécher au four à 160°.

Assaisonner la bande de daikon et de concombre avec le vinaigre de riz et les graines de sésame toastées.

Saucer le plat et le dresser avec l'aguachile.

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE



Aguachile de filets de perches LOË légèrement fumé, mûres fraîches et pil pil



| Bonne dégustation !

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE

