

LA RECETTE SIMPLISSIME

Filet de maquereaux gravlax

blanc de blettes mimosa, ricotta

Par le Chef Alex Néel



Originale et toute en légèreté, cette recette est parfaite pour commencer un repas : fraîcheur et saveurs apporteront une touche de peps au menu.

INGRÉDIENTS

2 beaux Maquereaux ou 4
lisettes
500g de blettes
4 œufs
250g de ricotta
1 pincée de piment
1 échalote
1 botte de ciboulette
Fleurs d'ail des ours
Vinaigrette :
2 cuillères à soupe de vinaigre
3 cuillères à soupe d'huile
d'olive
1 cuillère à café de Savora
Gravlax :
Sucre environ 100g
Sel environ 100g
Vinaigre de cidre 40cl

PRÉPARATION

1ère étape : Fileter les filets de maquereaux et enlever la peau. Enlever la ligne d'arrêtes. Mettre dans une plaque en inox, saupoudrer généreusement la plaque de sucre et disposer les filets de maquereaux dessus. Saupoudrer également le dessus. Filmer et laisser reposer 40 minutes au réfrigérateur. Rincer les filets, bien les sécher et laver la plaque.

Effectuer la même opération mais avec le sel. Laisser reposer, filmer une heure au frigidaire : rincer et sécher. Dans un plat plus profond, disposer les filets de maquereaux et verser un fond de vinaigre de cidre. Laisser reposer 30 minutes au réfrigérateur. Rincer et disposer sur un papier absorbant. Il est préférable de le déguster le lendemain.

2ème étape : Bien nettoyer les blettes et couper le blanc des blettes. Garder le vert pour une autre recette. Le blanchir dans de l'eau bouillante 5 minutes et les refroidir. Tailler les blancs de blettes en petits morceaux.

3ème étape : Mettre les œufs à cuire pendant 10 minutes dans l'eau bouillante des blancs de blettes. Vous gagnerez du temps. Écaler les œufs, séparer les blancs et les jaunes. Passer les jaunes dans une passoire fine, réaliser la même opération avec les blancs. Émincer la ciboulette et mélanger le tout.

4ème étape : Réaliser la vinaigrette, battre la savora et le vinaigre et monter à l'huile d'olive.

5ème étape : Faire suer l'échalote, ciseler dans de l'huile d'olive, ajouter la ricotta et la chauffer légèrement, assaisonner et mettre une petite pointe de piment. Faire le dressage, idéalement avec une poche à douille.