

Tartare de petits pois à la menthe et pêche blanche, filet de Rascasse juste flambé

Par le Chef Alex Néel



La fraîcheur des petits pois associée à la saveur du poisson, la mer et le terroir dans une même assiette, c'est juste un régal. A vous de tester !

INGRÉDIENTS

4 filets de Rascasse
1 brin de menthe
10 amandes fraîches
1kg de petits pois frais
1 pêche blanche
Huile d'olive
Sel, poivre
½ citron jaune
2 c.à s. de sauce soja sucrée
2 c.à s. de sauce soja salé
1 c.à s. de vinaigre de riz
Sésame noir

PRÉPARATION

1ère étape : Blanchir les petit pois 3 minutes à l'eau bouillante et refroidir immédiatement dans de l'eau glacée, ôter la première peau des petits pois. Émincer finement la menthe.
2ème étape : Réaliser la marinade ; réunir les sauces soja et le vinaigre. Faire mariner le poisson pendant 10 minutes.
3ème étape : Tailler la pêche blanche en brunoise.
4ème étape : Décortiquer les amandes tailler finement.
5ème étape : Mélanger les petits pois avec la menthe, la brunoise de pêche, l'huile d'olive, 2 cuillères à soupe de marinade.
6ème étape : Bien essorer le poisson dans du papier absorbant, à l'aide d'un chalumeau flambée la peau du poisson.
7ème étape : Dresser.