

*Entrées chaudes aux produits de la mer*

# Filets de maquereau, écume de moutarde violette de brive, betterave



**13h31**   **1h10**   **21 min**   **12h**   **535**  
 TEMPS TOTAL   PRÉPARATION   CUISSON   REPOS   CALORIES

## Étape 1

### Marinade des filets de maquereaux

- 1 Prendre les filets de maquereau et passer le doigt sur les filets afin de s'assurer qu'il ne reste plus d'arêtes.
- 2 Retirer la peau en passant la lame d'un couteau d'office entre la peau et la chair.
- 3 Couper les filets en deux dans la longueur puis chaque moitié en deux dans l'épaisseur.
- 4 Verser le sucre, la sauce soja et le piment d'Espelette dans un saladier, bien mélanger et verser le tout dans le fond d'un plat.
- 5 Y mettre les morceaux de filets de maquereau à mariner durant une nuit, c'est-à-dire environ 12 heures.

## Étape 2

### Préparation de la garniture

- 1 Laver et brosser les pommes de terre sous un jet d'eau froide puis les placer dans une casserole et les couvrir d'eau froide.
- 2 Saler au gros sel et mettre à cuire.

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour les filets de maquereaux

480 g **Filet(s) de maquereau**  
 10 cl **Sauce soja**  
 30 g **Sucre semoule**  
 2 pincée(s) **Piment d'Espelette**  
 1 **Moutarde**

### Ingrédients pour l'écume

30 cl **Fumet de poisson**  
 10 g **Moutarde**  
 4 g **Feuille de gélatine**

### Ingrédients pour la vinaigrette de betterave

400 g **Betterave rouge crue**  
 4 c. à soupe **Huile d'olive**  
 2 c. à soupe **Vinaigre balsamique**  
 1 **Sel**

- 3 Baisser le feu lorsque l'eau commence à bouillir et laisser cuire à petits frémissements entre 10 et 20 minutes suivant la taille des pommes de terre.
- 4 Pour vérifier la cuisson, piquer la pointe d'un couteau d'office au centre de la pomme de terre : la pointe doit s'enfoncer sans trop de résistance.
- 5 Veiller quand même à les garder assez fermes afin de pouvoir les éplucher et les tailler correctement par la suite.

1 **Poivre**

#### **Ingrédients pour la garniture**

80 g **Roquette**  
360 g **Pomme(s) de terre**  
1 **Gros sel**

### **Étape 3**

#### Préparation de l'écume

- 1 Mettre la gélatine à tremper dans un saladier d'eau froide pendant 5 minutes.
- 2 Lorsque la gélatine est ramollie, la placer dans une petite casserole et verser par dessus le fumet de poisson.
- 3 Faire chauffer le fumet tout en fouettant jusqu'à complète dissolution de la gélatine puis couper le feu.
- 4 Contrairement à l'agar-agar, il ne faut surtout pas faire bouillir la gélatine car sinon elle perdrait son pouvoir gélifiant.
- 5 Ajouter dans la casserole la moutarde violette de Brive et bien mélanger.
- 6 Verser le tout dans un siphon et le placer au réfrigérateur jusqu'à complet refroidissement.

### **Étape 4**

#### Finition de la garniture

- 1 S'assurer de la bonne cuisson des pommes de terre et les débarrasser sur une assiette à l'aide d'une écumoire.
- 2 Les éplucher à l'aide d'un couteau d'office puis les tailler en tranches de 7 à 8 mm.
- 3 Retailler ces tranches à l'emporte-pièce de manière à détailler des palets puis placer ces palets dans un sautoir et les réserver à température ambiante.
- 4 Trier la roquette et la laver à l'eau bien froide.
- 5 L'essorer et la réserver au frais dans un saladier.

### **Étape 5**

#### Réalisation de la vinaigrette de betterave

- 1 Rincer la betterave sous un jet d'eau froide et la brosser si nécessaire pour enlever la terre.
- 2 La placer dans la centrifugeuse et en récupérer le jus dans un saladier.
- 3 Assaisonner le jus de betterave avec l'huile d'olive, le vinaigre balsamique, du sel et du poivre. Goûter et rectifier si besoin.
- 4 Ne pas hésiter à ajouter un peu plus de vinaigre pour obtenir une vinaigrette corsée car la quantité de jus récupérée peut varier.

Réserver la vinaigrette à température ambiante.

5

## Étape 6

### Finitions

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Ajouter de la vinaigrette de betterave dans le sautoir à mi-hauteur et faire chauffer sur feu doux juste pour tiédir les palets de pomme de terre.
- 3 Sortir la cuve du siphon du réfrigérateur, la refermer et gazer la préparation avec deux cartouches.
- 4 Égoutter les morceaux de filets maquereaux et les déposer sur une plaque couverte de papier sulfurisé.
- 5 Badigeonner ces morceaux de moutarde violette de Brive à l'aide d'un pinceau et les enfourner pendant 45 secondes.

## Étape 7

### Dressage

- 1 Sortir le maquereau du four et dresser les morceaux sur assiette en les faisant se chevaucher à l'aide d'une spatule.
- 2 Dresser les palets de pommes de terre de part et d'autre des morceaux de maquereau.
- 3 Assaisonner la roquette de vinaigrette de betterave et la servir sur assiette.
- 4 Remplir des petites verrines d'émulsion et les poser à côté.