

*Poissons*

Croustillants de thon, gingembre confit, coriandre et citron confit



40 min **30 min** **10 min** **0** **465**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les croustillants de thon

500 g **Thon**
20 g **Gingembre confit**
1 **Citron(s) confit(s) au sel**
0.5 botte(s) **Coriandre**
4 **Feuille de pâte filo**
1 litre(s) **Huile pour friture**

Ingrédients pour la sauce

1 c. à soupe **Ketchup**
1 c. à soupe **Sauce soja**
1 c. à soupe **Huile de sésame**
1 c. à soupe **Graines de sésame**

Ingrédients pour la dorure

2 unité(s) entière(s)

Étape 1

Préparation de la sauce

- 1 Verser le ketchup et la sauce soja dans un bol et mélanger.
- 2 Ajouter la même quantité d'huile de sésame ainsi que la même quantité de sésame blanc.
- 3 On peut préparer cette sauce à l'avance. Bien filmée dans un endroit frais, elle se conserve plusieurs jours.

Étape 2

Préparation du thon

- 1 Prendre le citron confit qui va servir de garniture et le couper en quatre.
- 2 Retirer la pulpe avec un couteau de manière à ne conserver que la peau.
- 3 Émincer finement l'écorce du citron confit au couteau éminceur.
- 4 Prendre le gingembre confit et le tremper dans l'eau pour éliminer la pellicule de sucre glace dont il est recouvert.

- 5 Égoutter sur du papier absorbant.
- 6 Le tailler très finement avec un couteau éminceur.
- 7 Passer la lame du couteau sous l'eau chaude pour émincer le gingembre plus facilement.
- 8 Inciser les cubes de thon en diagonale sans les couper en deux avec un couteau éminceur.
- 9 Garnir de citron et de gingembre confit sur toute la longueur du thon.
- 10 Placer les éléments à intervalle régulier pour uniformiser le goût.
- 11 Ajouter les feuilles de coriandre fraîche.
- 12 Saler légèrement et réserver.

Jaune(s) d'oeuf

Ingrédients pour le dressage

1 Salade(s)

Étape 3

Réalisation et cuisson des croustillants de thon

- 1 Déplier la pâte filo avec précaution.
- 2 Disposer un linge humide sous la pâte pour en conserver la fraîcheur.
- 3 Déposer un morceau de thon sur une des extrémités de la pâte.
- 4 Rouler en serrant bien mais en prenant soin de pas déchirer la pâte.
- 5 Couper l'excédent de pâte à filo avec un couteau.
- 6 A l'aide d'un pinceau, déposer de la dorure sur les bords.
- 7 Replier les bords en restant toujours dans l'alignement et ajouter un peu de dorure sur les côtés. Finir de rouler et fermer.
- 8 Si on ne met pas le croustillant immédiatement en friture, le réserver sur une assiette recouverte de papier sulfurisé et bien le filmer.
- 9 Répéter l'opération autant que nécessaire.
- 10 Attention à ce qu'il ne reste pas de poils de pinceau collés sur la pâte filo.
- 11 Plonger les croustillants dans une friteuse à 190°C (Th.6-7).
- 12 Arroser les croustillants d'huile de cuisson.
- 13 Quand les croustillants sont dorés, les sortir délicatement de la friteuse et les déposer sur une assiette recouverte de papier absorbant.
- 14 Les assaisonner à chaud de sel.

Étape 4

Dressage

- 1 Parer les extrémités des croustillants pour un rendu plus net.
- 2 Les tailler en biseau de tailles différentes.
- 3 Verser un fond de sauce dans l'assiette de dressage.
- 4 Disposer les croustillants au centre à la verticale.
- 5 Ajouter quelques feuilles de salade pour la couleur et le

croquant.

6 Ajouter un cordon de sauce et parsemer de fleur de sel.