



TURBOT MARINÉ ET CONFIT À L'HUILE D'OLIVE ET AU GINGEMBRE

INGREDIENTS

- 1 turbot de 2 kg environ
- 2 citrons verts
- 2 citrons jaunes
- 1 orange
- 200 g de gingembre frais
- 1,5 litre d'huile d'olive
- Sel, poivre, piment d'Espelette

Cette recette est réalisable avec tout type de poisson : cabillaud, saumon, Saint-Pierre...

RECETTE

- Levez les filets du poisson ou taillez-le en pavés (la cuisson reste la même).
- Zestez les agrumes et mélangez les zestes. -
- Assaisonnez le poisson avec les zestes d'agrumes, le sel, le piment d'Espelette et le poivre. Enroulez-le ensuite dans du film alimentaire pour que les agrumes infusent dans la chair pendant une heure environ.
- Épluchez le gingembre et taillez-le en petits morceaux.
- Mettez l'huile d'olive à chauffer avec le gingembre dans un récipient pas trop grand et portez-la à température (idéalement entre 56 et 58°C).
- Ôtez le film alimentaire, puis plongez délicatement le turbo dans le bain d'huile qui doit être à 58°C maximum. Comptez environ 10 à 12 minutes de cuisson.

ACCORD MET ET VIN

Jean-Claude Mas l'Artisan Le Chardonnay





TURBOT MARINÉ ET CONFIT À L'HUILE D'OLIVE ET AU GINGEMBRE

INGREDIENTS

- 1 turbot de 2 kg environ
- 2 citrons verts
- 2 citrons jaunes
- 1 orange
- 200 g de gingembre frais
- 1,5 litre d'huile d'olive
- Sel, poivre, piment d'Espelette

Cette recette est réalisable avec tout type de poisson : cabillaud, saumon, Saint-Pierre...

RECETTE

- Piquez votre poisson avec un cure-dent, si vous ne sentez aucune résistance, il est cuit. L'astuce vaut pour tous les poissons, peu importe la cuisson. -
- Une fois le poisson cuit, retirez-le de l'huile avec prudence. Servez aussitôt ou réservez au frais, le poisson ainsi préparé se mange aussi bien chaud que froid. Vous pouvez l'accompagner d'une salade de fenouil à l'orange dont la saveur anisée et la fraîcheur se marient très bien avec le plat.



ACCORD MET ET VIN

Jean-Claude Mas l'Artisan Le Chardonnay