

Poissons

Tartare de thon rouge au pamplemousse rose et avruga



1h16 30 min 1 min 45 min 421

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le tartare

400 g **Thon**
3 **Pamplemousse**
20 g **Avruga**
1 **Citron(s) vert(s)**
1 botte(s) **Ciboulette**
1 **Echalote(s)**
1 dl **Huile d'olive**
2 feuille(s) **Feuille de gélatine**
2 pincée(s) **Piment d'Espelette**

Étape 1

Préparation de la gelée de pamplemousse

- 1 Peler un pamplemousse à vif et prélever les segments. Les déposer dans une passette posée sur un grand bol puis les réserver dans un autre bol.
- 2 Presser le jus d'un second pamplemousse au dessus de la passette, s'aider d'une fourchette.
- 3 Mettre le jus dans un verre mesure, faire ramollir dans l'eau froide le nombre de feuilles de gélatine nécessaire pour gélifier la dose.
- 4 Gélifier le jus avec 10 feuilles de 2 grammes au litre. Par exemple, pour 200ml de jus soit 0,2 litre, utiliser 2 feuilles de gélatine de 2 grammes.
- 5 Faire chauffer un fond du jus de pamplemousse au micro-onde.
- 6 Essorer la gélatine et la dissoudre dans le jus chaud en mélangeant avec une cuillère.
- 7 Verser le jus gélifié dans le reste du jus et mélanger.
- 8 Transvaser le jus dans une assiette creuse, le chef utilise son assiette de dressage, laisser prendre au réfrigérateur.

- 9 Tailler les suprêmes en cubes et les réserver à nouveau dans le bol.

Étape 2

Préparation du tartare de thon

- 1 Tailler le thon en petits cubes, en évitant les parties nerveuses. Réserver les cubes dans un saladier.
- 2 Eplucher et ciseler finement l'échalote, réserver avec le thon.
- 3 Ciseler la ciboulette, l'ajouter au tartare.
- 4 Au dessus du saladier, râper le zeste du citron vert sans entamer la peau blanche.
- 5 Couper le citron vert en deux et presser le jus dans le saladier au travers d'une passette.
- 6 Assaisonner de sel et de piment d'Espelette, ajouter les dés de pamplemousse et bien mélanger.
- 7 Ajouter enfin l'huile d'olive, mélanger à nouveau et laisser reposer quelques minutes avant de rectifier l'assaisonnement.
- 8 Pour manger le tartare bien frais et prendre de l'avance, filmer le tartare au contact et réserver au réfrigérateur, deux heures maximum.

Étape 3

Dressage

- 1 Sortir la gelée du réfrigérateur.
- 2 Si, comme le chef, on fait prendre la gelée dans l'assiette de dressage, dresser le tartare au dernier moment, ou la marinade pourrait la masquer.
- 3 Déposer délicatement un emporte pièce sur la gelée et le remplir de tartare de thon en tassant bien.
- 4 Décorer le dessus du tartare avec une noix d'avruga et retirer l'emporte pièce.
- 5 Terminer avec deux brins de ciboulettes déposés sur le tartare et l'avruga.