Gastronomie

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2014)**

Heft 54

PDF erstellt am: **28.03.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Dans la cuisine d'Annick

Bien connue des téléspectateurs, elle nous a mis plus d'une fois l'eau à la bouche. Désormais, c'est aux lecteurs de *Générations Plus* qu'Annick Jeanmairet propose des recettes de saison. Bon appétit!



Annick Jeanmairet, journaliste gastronomique

Lamé de rouget sur lit de trévise*

par Carlo Crisci
Pour 2 personnes

Ingrédients

4 filets de rouget
1 chicorée rouge (trévise)
8 olives noires
2 pétales de tomate séchée
1 citron non traité**
1 bouquet de persil plat
Fleur de sel
Poivre du moulin
Huile d'olive
Minipiques à brochette

Préparation

Réhydrater les tomates. Tailler en brunoise.
Dénoyauter les olives et les tailler en brunoise.
Couper le quart du citron, en brunoise.
Mélanger le tout; ajouter 1 cs de persil haché; réserver.
Retirer les arêtes des filets.
Les tailler en lamelles biseautées.
Disposer les lamelles sur une brochette, en les serrant bien: ainsi, on obtient un lamé. Réserver.
Emincer la trévise. Chauffer 3 cs d'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive et la poêler 3 à 4 minutes.
Assaisonner en fleur de sel.
Répartir joliment sur des assiettes préchauffées.
Chauffer à feu vif 4 cs d'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive. Assaisonner les brochettes de rouget et les cuire, côté peau, durant 3 à 4 minutes – la peau doit devenir croustillante.
Dès que la chair commence à être translucide, retirer du feu, enlever les piques à brochettes et disposer le poisson, côté chair, sur la trévise; ainsi le poisson finira sa cuisson au contact de la chaleur des légumes.
Recouvrir avec une fine couche de brunoise et déguster sans attendre.

LE TRUC DU CHEF: quand il poêle ses légumes, Carlo Crisci n'utilise pas une spatule, mais une gousse d'ail plantée au bout d'une fourchette. Cela lui permet de parfumer délicatement ses légumes, tout en évitant de rayer sa poêle.



Nikolay Dimitrov - ecobo

LE CONSEIL DE CARLO CRISCI: la chicorée est un légume d'hiver. Au printemps, on peut la troquer contre de la dent-de-lion, des asperges, une salade de fèves, ou des petits pois.

LE CONSEIL D'ANNICK: à défaut de lamé, on peut aussi poêler simplement les filets de rouget côté peau. Dans ce cas, chauffer l'huile d'olive à feu vif et cuire les rougets 2 à 3 minutes avant de les déposer, côté chair, sur la trévise chaude.

*Une recette qu'on peut retrouver dans le dernier ouvrage d'Annick Jeanmairet, paru aux Editions Favre: *Pique-assiette invite les chefs.*
*** Carlo Crisci conseille les citrons de Sorrente (région de Naples), très doux et parfumés, dont on peut manger tout le fruit, y compris l'écorce.





