

La Tartelette Croustillante de féra du Lac Léman et Poireaux

INGRÉDIENTS (4PERS) :

Tartelette :

- 4 fonds de tartelette en pâte filo

Poireaux:

- 1poireau
- 30g de gingembre
- Huile d'olive
- Sel, piment d'Espelette

Tomates marinées :

- 4 tomates « San Marzano »
- Sel, sucre, piments d'Espelette
- Huile d'olive

Filets de Féra du Lac Léman :

- 4 filets de féra
- huile d'olive
- Piments d'Espelette

PRÉPARATION :

Fond de tartelettes:

À l'aide d'un pinceau, badigeonner 4 feuilles de pâte filo d'huile d'olive et les superposer. Détailler 4 cercles de 15cm de diamètre puis chemiser des moules à tartelette de 6cm de diamètre. Recouvrir chacune d'un moule vide afin de maintenir les tartelettes dans leur forme initiale. Enfourner 12 minutes dans un four à chaleur tournante préchauffé à 180°C. Démouler et réserver.

Poireaux :

Émincer le poireau et hacher finement le gingembre. Déposer le tout dans une casserole avec un filet d'huile d'olive. Assaisonner et étuver doucement à couvert.

Tomates marinées:

Plonger les tomates 15 secondes dans l'eau bouillante et égoutter. Retirer la peau, les couper en quatre et retirer les pépins. Détailler en lanières d'1 cm, assaisonner de sel, de sucre et d'un filet d'huile d'olive. Laisser mariner au frais.

Filets de féra :

À l'aide d'une petite pince, retirer les arrêtes des filets de féra. Tailler de fines lanières, puis les ranger dans une assiette. Arroser d'un filet d'huile d'olive, saupoudrer de piment d'Espelette et réserver au frais.

MONTAGE ET FINITIONS:

Garnir les fonds de tartelette de poireaux. Répartir harmonieusement les lanières de féra en les intercalant de tomates.

Couvrir d'une feuille d'aluminium et cuire 5 minutes au four à 180°C. **Attention le poisson doit-être mi-cuit, la féra ne supportant pas la surcuisson.** Terminer avec un filet d'une très bonne huile d'olive et de quelques grains de fleur de sel.