

Espadon grillé, salsa de tomates à la coriandre



Les ingrédients pour 6 personnes :

6 oignons nouveaux
1 ou 2 piments frais épépinés et finement hachés
Les feuilles d'un bouquet de coriandre
Les feuilles d'un bouquet de menthe
1 kg de tomates mûres à point mais pas molles (j'en ai mis beaucoup moins 600 g)
Le jus d'1/2 citron
Le jus d'1 citron vert
6 pavés d'espadon (ou thon, marlin mérrou)
Huile d'olive
Sel et poivre du moulin

Éplucher les oignons et les couper en fines tranches (je les ai hachés grossièrement).
Ciseler la menthe et la coriandre. Couper les tomates en fines tranches et retirer les graines puis couper les tranches en petits dés. Mettre ces ingrédients dans un saladier avec le piment à doser à votre idée(je vous conseille de ne mettre qu'à peine 1 piment) et ajouter les jus de citron et citron vert (suivant le jus recueilli il faudra plus ou moins de citron). Mélanger et goûter pour équilibrer les parfums, ajouter alors ce qui semble nécessaire (citron, piment....).

Enrober les pavés de poisson d'huile d'olive, les saler et poivrer et les cuire au grill ou à la poêle en les laissant légèrement rosés.

Servir le poisson chaud avec la salsa de tomates.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>