

Brochette de saumon au citron et fenouil, riz basmati au raisin blanc, edamame, beurre d'aneth et sésames torréfiés

Recette pour 4

Description

Quel plaisir et bien souvent, c'est pas commun que l'on vous propose une brochette de saumon. Alors là, vous allez pouvoir surprendre vos amis avec cette recette très agréable à faire.

L'astuce du chef

Attention de ne pas trop cuire le saumon sur le BBQ, il vaut mieux moins que trop.

Vous pouvez aussi, cuire la brochette de manière conventionnelle dans une poêle avec de la matière grasse.

Ingrédients

Brochettes saumon

- 4 Feuille(s) Origan frais
- 1 Cuil. à thé Graines de sésame noir et blanc
- 1 Cuil. à thé Cumin moulu
- 1 Cuil. à thé Poivre de cayenne
- 1.50 Lb Filet de saumon
- 2 Unité(s) Citron
- 4 Unité(s) Pics à brochette
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Riz Basmati

- 0.50 Tasse(s) Riz basmati
- 1 Bulbe(s) Fenouil
- 12 Unité(s) Raisin blanc
- 2 Cuil. à soupe Câpres
- 125 Ml Edamame (fèves de soya)
- 12 Brin(s) Ciboulette
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Beurre aneth, sésame et finition

- 125 Gr Beurre pommade
- 2 Cuil. à soupe Graines de sésame noir et blanc
- 3 Branche(s) Aneth
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **BBQ** à **425 F°**

Mise en place

Coupez des cubes de saumon de 2cm de côté. Coupez le citron en fine rondelle

Passez l'ensemble du sésame dans le four chaud durant 3 à 5 minutes pour le torréfier.

Ciselez finement l'origan, dans un bol réunissez l'origan, le cumin, le poivre de cayenne et le sésame. Bien mélanger le tout, assaisonnez les cubes de saumon avec ceci puis du sel.

Hachez une partie de l'aneth, gardez-en pour la finition. Coupez les raisins blancs en deux (idéalement des Apygènes)

Détaillez des carrés de fenouil (1 pouce carré environ), comptez-en 3 par brochette. Le reste du fenouil le détailler en petits cubes (brunoise).

Ciselez finement la ciboulette

Brochettes

Piquez les cubes de saumon assaisonnés sur les brochettes en métal (ou en bois). Entre chaque cube de saumon, placez une rondelle de citron que vous aurez plier entre vos doigts. Puis entre deux cubes un carré de fenouil.

À l'aide d'un pinceau, badigeonnez les brochettes de saumon avec une huile végétale.

Placez-les sur le BBQ chaud, retournez-les assez rapidement. Une fois qu'elles sont bien marquées, les poser sur la grille supérieure pour finir la cuisson environ 4 minutes avant de les servir.

Riz Basmati

Rincez le riz à l'eau froide jusqu'à ce que l'eau soit claire et le riz bien égoutté. Dans une casserole, versez l'eau froide, le riz et le sel. Portez le tout à ébullition puis réduisez le feu au minimum.

Remuez et couvrir, laissez cuire 15 à 20 minutes. Égouttez et refroidissez pour arrêter la cuisson.

Dans une poêle avec du beurre, faites suer le fenouil en cubes, ajoutez-y les edamames blanchis et les câpres. Hors du feu ajoutez les raisins blancs, mélangez le tout avec le riz, agrémentez de ciboulette ciselée finement.

Assaisonnez de sel et poivre au besoin.

Beurre aneth et sésame

Sortez le beurre la veille à température ambiante pour obtenir la texture d'une pommade (ex: pâte à dent).

Placez le beurre pommade dans un bol, ajoutez-y le sésame et l'aneth hachée, bien mélanger l'ensemble.

Assaisonnez de sel et poivre, puis à l'aide d'un papier film alimentaire, réalisez un rouleau, placez-le dans le frigo.

Montage finition

Une fois bien dur, réalisez des belle rondelles épaisse de beurre de sésame et aneth.

Placez une belle cuillère de riz basmati dans l'assiette, déposez dessus la brochette de saumon, déposez ensuite une rondelle de beurre, finissez avec les pousse d'aneth.

Bon appétit!