



Poissons

Brochettes de poisson, sauce chien



45 min **20 min** **10 min** **15 min** **548**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la sauce chien

- 1 Éplucher et ciseler finement l'oignon et les échalotes. Peler et presser l'ail. Déposer dans un saladier.
- 2 Découper et épépiner le piment, le hacher finement. L'ajouter au saladier.
- 3 Presser le jus du citron jaune.
- 4 Hacher le persil et la ciboulette. Les ajouter dans le saladier, avec le thym effeuillé. Assaisonner de sel et poivre, puis arroser de vinaigre, de jus de citron et d'huile.
- 5 Faire chauffer l'eau et la verser bouillante sur les ingrédients. Mélanger avec une cuillère et couvrir de film alimentaire. Laisser infuser pendant 15 minutes à température ambiante.

Étape 2

Montage des brochettes

- 1 Couper le poisson en cubes réguliers et les déposer dans un saladier. Assaisonner de sel et de poivre, puis verser l'huile d'olive. Mélanger et laisser reposer pendant 5 minutes.

Couper le poivron en carrés de la même taille que les

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les brochettes

600 g **Saumon**
2 **Oignon(s) rouge(s)**
2 **Poivron(s)**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre noir**

Ingrédients pour la sauce chien

1 **Oignon(s)**
2 **Echalote(s)**
1 **Piment(s)**
2 **Gousse(s) d'ail**
2 branche(s) **Persil frisé**
1 botte(s) **Ciboulette**
1 **Citron(s)**
2 branche(s) **Thym**
15 cl **Huile de tournesol**
1 c. à soupe **Vinaigre d'alcool blanc**
1 **Sel**
1 **Poivre noir**
50 cl **Eau**

- 2 Couper le poivron en carrés de la même taille que les morceaux de poisson. Peler les oignons rouges et les couper en petits quartiers.
- 3 Embrocher les morceaux de poisson sur les pics en alternant avec le poivron et l'oignon rouge.

Ingrédients pour le dressage
1 Citron(s) vert(s)

Étape 3

Cuisson des brochettes

- 1 Chauffer le barbecue, faire dorer les brochettes pendant 10 minutes, en les retournant de temps en temps.

Étape 4

Dressage

- 1 Dresser des brochettes sur une assiette et déposer deux tranches de citron vert à côté.
- 2 Verser un peu de la sauce chien dans un bol, le déposer sur l'assiette. Servir chaud.