

# Aguachile de filets de perches LOË légèrement fumé, mûres fraîches et pil pil



## Benjamin Luzuy

Gourmet Brothers  
52, route de Thonon  
1222 Vésenaz

GOURMET  
BROTHERS

LA PERCHE  
LOË  
PREMIUM SWISS FISH

### Plat principal

🍴 2 personnes

### INGRÉDIENTS

5 filets de perches frais LOË LE NATURE avec peau  
1 kg de têtes de perches  
100 g de jus de citron vert  
1 concombre (la moitié mixée en jus)  
Huile fumée  
Huile de piment rouge  
Sauce soja  
Shiro Dashi  
Huile de sésame  
Vinaigre de riz  
1 pièce de daikon  
Pousses de moutarde  
5 pces de mûres  
Poivre Sansho  
1 botte de ciboulette  
2 tortillas sèches (polenta tessinoise)  
Graines de sésame

### PRÉPARATION

Nettoyer les perches et les couper en deux dans la longueur.  
Mélanger le jus de citron, le jus de concombre, l'huile sésame, l'huile de piment rouge, le Shiro-Dashi, la sauce soja et le vinaigre de riz.  
Couper le daikon en bande à la mandoline japonaise.  
Couper le concombre en bandes et les rouler en cône.  
Couper les mûres en deux et réserver 5 demi-pièces par plat.  
Faire un fumet de poisson avec beaucoup d'ail et les têtes de perches et les réduire à sec, l'émulsionner, une fois froid, à l'huile d'olive (1/3) et à l'huile neutre (2/3).  
Remplir un siphon avec le Pil Pil et le garder tiède.  
Fumer les filets de perches à froid avec l'aide d'un « smoking gun ».  
Mariner les demi-filets de perches dans l'aguachile pendant 2 min ensuite l'éponger et l'assaisonner avec le poivre de Sansho et la ciboulette ciselée.  
Cuire la polenta noire, la mixer, la sécher puis la couper à l'emporte-pièce rond comme des tortillas et la sécher au four à 160°.  
Assaisonner la bande de daikon et de concombre avec le vinaigre de riz et les graines de sésame toastées.  
Saucer le plat et le dresser avec l'aguachile.

# Aguachile de filets de perches LOË légèrement fumé, mûres fraîches et pil pil



| Bonne dégustation !

---

## PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE

