

Terrine de fruits de mer aux poivrons



Aujourd'hui, je vous délivre la recette de cette terrine que j'avais faite lors du repas d'anniversaire de ma fille audrey. Cette recette est très sympa et très fraîche. J'ai aimé le coulis de poivrons jaunes que l'on sert avec la terrine, j'ai trouvé ça très original!!!! Par contre, elle demande pas mal de temps pour la réaliser mais quel délice.

Ingrédients: 500g de filets de merlan, 200g de langoustines crues décortiquées, 3 poivrons jaunes, 1 poivron rouge, 2 tomates, 1/2 courgette, 3 blancs d'oeufs, 4 cuillères à soupe de crème fraîche, 2 branches de basilic(ou 2 cuillères à soupe de basilic de ducros), le jus d'1/2 citron, huile d'olive, noix de muscade, sel et poivre.

Préparation:

Préchauffez le gril de votre four. Placez les 3 poivrons jaunes et le poivron rouge sur une plaque du four recouverte de papier aluminium. Faites les griller environ 20 minutes en les retournant pour qu'ils noircissent de tout les côtés. Enfermez-les dans du papier alu et laissez refroidir. Enlever peau et pépin des poivrons et récupérez leur jus dans le papier aluminium.

Mixez les poivrons jaunes avec le jus, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et les feuille de basilic que vous aurez hachées. Ajoutez le jus de citron, salez et poivrez.

Découpez la demi courgette en petits dés et faites les sauter dans 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, en la gardant croquante. Assaisonnez et laissez refroidir. Pelez et épépinez 2 tomates et coupez-les en petits dés.

Préchauffez votre four à 180°C. Retirez les arêtes du filet de merlan ou le faire faire par votre poissonnier. Réduire le poisson en purée au mixer avec le poivron rouge. Ajoutez 3 blancs d'oeufs un par un en remuant avec une cuillère. Incorporez 4 cuillères à soupe de crème fraîche, du sel, du poivre, 1 pincée de noix de muscade, les dés de courgettes et la moitié des dés de tomates.

Tapissez un moule à cake de papier sulfurisé. Versez la préparation dans le moule en

alternant avec des couches de langoustines .Lissez et puis enfournez la terrine au bain-marie pendant 50 minutes.

Laissez refroidir et servir la terrine avec le coulis de poivrons jaunes parsemer de dés de tomates.



Source(La cuisine Méditerranéenne des éditions atlas)