

Dos de cabillaud BBQ comme un rib's



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 personne

Référence	Ingrédients	Quantité
65985	Dos de cabillaud avec peau sans arêtes MSC 180 g 8 Beaufort	180 Gramme
170371	Demi-épis de maïs grillé 1 kg Bonduelle	1 Pièce
	Oignon	0.5 Pièce
	Tomate grappe	2 Pièce
	Sucre semoule	10 Gramme
	Bâton de réglisse	3 Pièce
	Bière blonde	0.02 Litre
	Ketchup	20 Gramme
	Huile de noix de cajou	0.001 Litre
	Gros sel	10 Gramme
	Tabasco chipotle, sel, poivre noir	PM

Etapas de préparation

- 1 Mettre en décongélation préalable les dos de cabillaud selon la méthode HACCP.
- 2 Mélanger du sucre semoule et du gros sel, puis recouvrir les dos de cabillaud.
- 3 Laisser reposer 3 heures en chambre froide puis débarrasser l'excédent de sel.
- 4 Préparer une marinade ketchup, huile de noix de cajou, poivre noir et tabasco chipotle.
- 5 Piquer les dos de cabillaud à l'aide de bâtons de réglisse.
- 6 Cuire les dos de cabillaud au barbecue. Après caramélisation de la chair, recouvrir de marinade au pinceau, puis déglacer à la bière blonde. Répéter cette opération plusieurs fois.

Dos de cabillaud BBQ comme un rib's

- 7 En fin de cuisson, vérifier l'assaisonnement et réserver.
- 8 Passer les tomates, les maïs, et les oignons à la braise, assaisonner sel et poivre puis réserver.
- 9 Dresser, en finition : thym en branche.

L'astuce du chef



La mise au sel des dos de cabillaud apportera une texture de chair très savoureuse et permettra d'assaisonner plus subtilement et en profondeur.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid