Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Ceviche de dorade, agrumes et Assemblage à Harissa

Frais, vif et élégant, ce ceviche de dorade marie la douceur des agrumes à une pointe d’Assemblage à Harissa pour une assiette qui pétille en bouche. Le poisson devient fondant sous l’effet du jus de citron, les segments d’orange apportent une note juteuse et sucrée, tandis que l’Assemblage à Harissa insuffle une chaleur aromatique: piment doux, Cayenne, coriandre et cumin en filigrane. Parfait en entrée lors d’un repas entre amis ou comme plat léger d’été, ce ceviche joue sur le contraste des textures — chair soyeuse, oignon croquant, herbes fraîches — et s’assemble en 30 minutes. Lance-toi : la recette est simple, gourmande et laisse toute latitude pour ajuster la chaleur selon ton goût.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**30 min**	**0 min**	**facile**

Ingrédients

- 400 g de filet de dorade très frais, peau et arêtes retirées
- 3 citrons jaunes (jus ≈ 90–100 ml)
- 1 orange non traitée (zeste + 1 cuillère à soupe de jus) + 1 orange pour segments
- 1 petit oignon rouge, très finement émincé
- 1 petite poignée de coriandre fraîche, ciselée
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- 1 cuillère à café rase d'Assemblage à Harissa (ajuster selon tolérance)
- 1/2 cuillère à café de sel fin (ou sel de mer), plus pour rectifier
- Poivre noir du moulin
- Quelques pousses ou micro-herbes pour le service (facultatif)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Assemblage à Harissa

Scanner pour voir le produit

Préparation

Coupe la dorade en fines tranches ou en petits dés réguliers (≈1 cm). Dispose le poisson dans un grand bol peu profond.

Presser les citrons et l’orange (zeste réservé). Verse le jus sur la dorade jusqu’à couvrir le poisson. Mélange délicatement pour que chaque morceau soit en contact avec le jus.

Laisse mariner 12 à 20 minutes au frais selon l'épaisseur des morceaux: le poisson doit devenir opaque mais rester ferme. Ne dépasse pas 25 minutes pour garder une texture agréable.

Pendant la marinade, prépare les segments d'orange (suprêmes) en retirant peau et membranes, et émince finement l'oignon. Rince l'oignon si tu veux atténuer sa puissance, puis égoutte.

Prépare la sauce: dans un bol, fouette l'huile d'olive, le zeste d'orange, 1 cuillère à café rase d'Assemblage à Harissa, 1/2 cuillère à café de sel et un tour de moulin à poivre. Goûte et ajuste la quantité d'Assemblage à Harissa si nécessaire.

Égoutte légèrement le poisson (garde un peu de jus pour le goût), incorpore les segments d'orange, l'oignon et la coriandre. Ajoute la sauce et mélange délicatement pour enrober sans écraser.

Rectifie l'assaisonnement, dépose sur assiettes froides, parsème de pousses ou micro-herbes et d'une pincée très légère d'Assemblage à Harissa en finition si tu veux un coup de peps visuel et aromatique.

Le conseil des Épices Curieuses

Ne laisse pas mariner trop longtemps: 12–20 minutes suffisent pour obtenir une chair cuite à l'acide sans être pâteuse. Prépare les agrumes et la sauce pendant que le poisson marine pour gagner du temps.