Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Maquereau grillé, chutney pomme-clémentine & laque Trinidad Scorpion

Le maquereau grillé gagne en finesse grâce à un chutney pomme-clémentine qui coupe la richesse du poisson et à une laque vive au Trinidad Scorpion. La chair fondante du maquereau, bien croustillante côté peau, s’harmonise avec la douceur caramélisée des pommes, les notes acidulées et parfumées de la clémentine, puis le piquant fruité qui arrive en finale. La texture contraste — peau croquante, chair juteuse, chutney confit — pour une assiette généreuse et familiale. C’est une recette parfaite pour un dîner convivial ou un repas en terrasse : tu peux la préparer en 40 minutes et ajuster la chaleur à ton goût avec quelques gouttes de la sauce piquante.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**25 min**	**15 min**	**moyen**

Ingrédients

- 4 filets de maquereau (≈140–160 g chacun), peau conservée
- 2 pommes (type Gala ou Pink Lady), pelées et coupées en dés
- 3 clémentines: 2 jus et zeste fin, 1 segmentée pour servir
- 1 petit oignon jaune, finement émincé
- 1 gousse d’ail, hachée
- 2 c. à soupe d’huile d’olive (+ 1 c. à soupe pour la cuisson)
- 1 c. à soupe de vinaigre de vin blanc
- 1 c. à soupe de sucre roux
- 1 cuillère à soupe de miel liquide
- 1 branche de thym frais (ou 1/2 c. à café séché)
- Sel fin et poivre noir du moulin
- 1 cuillère à café de zeste de citron vert (facultatif)
- Sauce Piquante Crazy Bastard - Trinidad Scorpion & Clémentine 100ml (voir dosage)
- Quelques brins de coriandre ou de persil plat pour servir

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Sauce Piquante Crazy Bastard - Trinidad Scorpion & Clémentine 100ml

Scanner pour voir le produit

Préparation

Prépare le chutney: chauffe 2 c. à soupe d’huile d’olive dans une petite casserole à feu moyen.

Ajoute l’oignon émincé et l’ail; fais suer 4–5 minutes sans coloration.

Incorpore les dés de pomme, le sucre et le thym, mélange puis laisse cuire 6–8 minutes jusqu’à ce que la pomme commence à compoter.

Ajoute le jus de 2 clémentines, 1 c. à soupe de vinaigre de vin blanc et 1 c. à soupe de miel; baisse le feu et laisse épaissir 8–10 minutes en remuant. Ajuste sel et poivre. Hors du feu, ajoute 1 cuillère à café de sauce piquante et mélange — goûte pour doser.

Préchauffe une poêle antiadhésive à feu vif. Sale légèrement la peau des filets de maquereau.

Saisis les filets côté peau 3–4 minutes jusqu’à ce qu’elle soit bien dorée et croustillante. Retourne 30–60 secondes côté chair pour terminer la cuisson (le maquereau se sert idéalement rosé à cœur).

Prépare la laque: dans un petit bol, mélange 1 cuillère à café de sauce piquante avec 1 cuillère à café d’huile d’olive et un trait de jus de clémentine. Goûte et ajuste.

Nappe légèrement les filets d’un pinceau avec la laque juste avant de servir (ou verse 1–2 filets par assiette).

Dresse: dépose une cuillerée de chutney au centre, pose le filet de maquereau dessus, parsème de segments de clémentine et d’herbes fraîches. Donne un tour de moulin à poivre.

Le conseil des Épices Curieuses

Sèche bien la peau du maquereau avant la cuisson pour obtenir un croustillant optimal. Si tu veux atténuer le piquant, dilue la sauce dans un peu de miel ou de yaourt végétal pour la laque.