



DAMIER D'ANCHOIS DE MÉDITERRANÉE ET DE POIVRONS GRILLÉS

Version Bistrot de la Marine à Cagnes sur Mer (2012)

POISSON / ENTREE

INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES)

préparation 1h. / repos 38h.

- 14 gros anchois frais, entiers, non vidés
- 2 poivrons rouges
- 2 gousses d'ail
- 1 feuille de laurier
- 1 branche de thym frais
- 1 morceau de fenouil frais
- 20 g de poivre noir en grains
- 25 cl huile d'olive
- 1/2 citron jaune
- Sel, et poivre de Cayenne

L'ASTUCE DU CHEF

Vous pouvez mettre à mariner les poivrons rouges grillés avec la même marinade d'huile d'olive aux aromates et les servir seuls sur une tranche de pain grillé avec une salade aux copeaux de parmesan.

LES PIÈGES À ÉVITER

Ne pas laisser les anchois dessaler assez longtemps.

UNE BOISSON POUR ACCOMPAGNER

Un Rosé domaine Gavoty, Cuvée Clarendon 2009.

POUR LA PETITE HISTOIRE

à l'origine le salage et la marinade étaient utilisés pour la conservation, aujourd'hui salage et marinade sont utilisés pour développer le goût du produit.

PRÉPARATION

- 1 - *Les anchois au sel* : Laver les anchois, les essuyer puis les disposer côte à côte dans un plat et les recouvrir de sel fin. Les mettre 24h au réfrigérateur. Le lendemain les faire dessaler 2h dans de l'eau froide (> bien les rincer et laisser couler un filet d'eau pendant 2h.) puis prélever les 28 filets à la main.
- 2 - *La marinade* : Pendant toute une nuit, faire mariner les filets d'anchois dans l'huile d'olive, avec les aromates (lamelles d'ail cru germe retiré, laurier, thym, fenouil émincé, poivre noir écrasé)
- 3 - *Les poivrons grillés* : Faire griller les 2 poivrons rouges au four à 220-240°. Une fois qu'ils sont entièrement noircis, les plonger dans de l'eau glacée afin de les éplucher. Couper chacun des poivrons en 28 lanières de même longueur que celle des filets d'anchois et de 3 à 4 mm de largeur.
- 4 - *Le montage du damier* : Egoutter les 28 filets d'anchois puis, sur un carré de papier sulfurisé de 15cm de côté, entrecroiser, pour chacun des 4 damiers, 7 filets d'anchois et 7 lanières de poivron rouge.
- 5 - *La finition* : Faire glisser le damier sur une assiette. Puis, dans l'ordre ! : aroser d'un peu de marinade, de quelques gouttes de jus de citron et poivrer généreusement.
- 6 - *L'accompagnement* : Au bistrot de la marine le Chef accompagne ces anchois avec une salade mixte au basilic, amandes fraîches, olives noires et copeaux de parmesan, ainsi que d'une sauce rouille "classique" légèrement crémée.