

Soupe rafraîchissante tomates et fraises, pétales de cabillaud

Avec les chaleurs de l'été quoi de plus agréable qu'une entrée rafraîchissante: vous serez comblé avec cette soupe originale de tomate parfumée aux fraises. Pour en faire un plat complet je la sers soit avec des petites crevettes grises, soit avec un filet de cabillaud.



Soupe rafraîchissante tomates et fraises, pétales de cabillaud

Ingrédients: Pour 8 personnes

- 1 kilo de tomate
- un morceau de sucre
- 2 petits oignons blanc ou un gros
- une belle échalote
- huile d'olive
- une branche de romarin
- 200 g de fraises: surtout utilisez des fraises de très bonne qualité, sucrées et parfumées. Ce sont elles qui amènent l'originalité de cette recette.
- une à deux cuillerée de vinaigre de riz selon votre goût

- sel poivre
- un beau filet de dos de cabillaud



Matériel

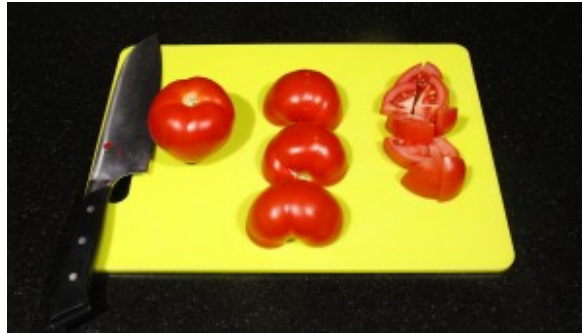
- un mixeur
- un tamis ou chinois
- une spatule coudée pour manipuler le cabillaud sans l'abîmer



Spatule coudée

Préparation

- Coupez les tomates en quartiers.



Coupez les tomates en quartiers

- Ôtez la queue des fraises et coupez les en morceaux.



Équeutez les fraises

- Épluchez l'échalote et émincez la.



Émincez l'échalote.

- Épluchez l'oignon et émincez le grossièrement.



Emincez les oignons.

- Dans une grande casserole faire chauffer un petit filet d'huile d'olive et faire revenir l'oignon et l'échalote. Ils doivent devenir légèrement translucides. Puis ajoutez les fraises et faire compoter pendant 10 minutes.



Faire revenir oignon et échalote.

- Ajoutez les tomates, le romarin et le morceau de sucre. Cuire à feu doux environ 25 mn.



Cuire à feu doux 45 mn.

- A la fine de la cuisson ôtez la casserole du feu. Ôtez le brins de romarin. Versez la préparation dans un bol mixeur et mixer finement.



Mixer la préparation après cuisson.

- Puis passez la préparation à la moulinette à légume ou mieux, au tamis pour en ôter toutes les impuretés (morceaux de peau, pépins, etc). Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre et ajoutez une cuillerée à soupe de vinaigre de riz. Réservez au frais.



- Dans une poêle versez un filet d'huile d'olive. Faire

revenir à feu très doux le dos de cabillaud pendant trois minutes sans le retourner.



- Coupez le feu et mettre un couvercle sur la poêle pendant quelques minutes: la chaleur résiduelle va finir de cuire le cabillaud qui gardera alors tout sa tendresse.



-
- A l'aide de la spatule déposez le cabillaud dans une assiette: le cabillaud va se séparé facilement en petit morceaux (pétales). Râpez dessus un zeste de citron vert. Salez et poivrez. Réservez au frais.



Râpez le zeste d'un citron vert

Dressage :

- Au moment du service versez la soupe fraîche dans les assiettes creuses. Décorez le pourtour avec des fraises.



- Puis toujours avec la spatule déposez délicatement une ou deux pétales de cabillaud au milieu.



- Il ne vous reste plus qu'à déguster!