

# Truite fumée maison, aubergines en deux façons

La semaine prochaine une des épreuves de TopChef 2016 va porter sur le fumage. Voici une recette originale par son mode de cuisson: le fumage à chaud. C'est un plat très goûteux comme je les aime où le fumé se marie sublimement avec les saveurs méditerranéennes de l'aubergine et des tomates confites! Vous pourrez la réaliser simplement avec une cocotte ou encore mieux avec un fumoir spécialement conçu à cet effet. Grâce à ce mode de cuisson vous allez pouvoir fumer et cuire en même temps ou fumer un aliment déjà cuit comme des légumes, viandes, saucisses...

Le fumage est l'une des manières très saine de préparer des aliments, car il n'utilise ni graisse ni huile. Il existe toute une variété de bois différents (chêne, érable, pommier, etc) pour varier les plaisirs mais vous pouvez également affiner le goût du fumage en ajoutant des herbes séchées ou des épices au bois de fumage. Vos aliments auront ainsi un délicat petit goût de fumé très particulier et bien plus fin que ce que vous pourrez trouver dans le commerce.



Truite fumée, aubergine en deux façons

Pour 4 à 6 personnes

## Ingrédients :

- 2 aubergines pour le caviar d'aubergine et une aubergine pour la garniture de petits dés d'aubergine
- le jus d'un demi citron
- du thym
- huile d'olive
- sel, poivre et fleur de sel



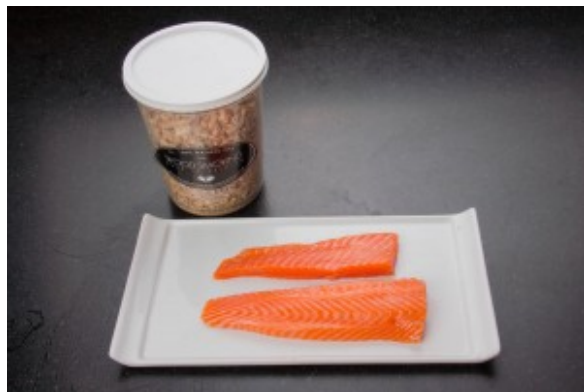
ingrédients pour le caviar  
d'aubergines et la garniture  
aux aubergines

- des tomates confites. Vous en trouvez facilement en super marché mais vous pouvez également les faire facilement vous même, surtout qu'elles se conservent longtemps dans l'huile. Voir la recette en cliquant **ici**.
- des petites olives
- de la coriandre fraîche
- des pignons
- de la crème d'ail. Comme les tomates confites vous en trouverez facilement en super marché au même rayon que ces dernières. Si vous en achetez détendez la un peu avec un peu de crème fraîche pour la rendre plus onctueuse. Toutefois la recette est très simple: épluchez une vingtaine de gousses d'ail, les faire cuire à feu très doux dans du lait pendant 20 mn (elles doivent être devenues tendres), égouttez les et mixer. C'est tout...La crème d'ail se conserve bien au frais pendant une semaine, son gout est très doux et vous n'aurez pas les inconvénients digestifs qu'amène l'ail frais. Avec des pâtes, de l'agneau rôti ou ajoutée dans la vinaigrette c'est top...



ingrédients garniture  
dressage

- deux à trois beaux filets de truite
- des copeaux de chêne pour le fumage



ingrédients poisson

## Matériel :

- un fumoir à chaud avec poignées amovibles: il comprend le corps du fumoir, un plateau intérieur, une grille et un couvercle coulissant. Vous pouvez le trouver en vente sur les sites suivants au prix d'environ 70 euros. Toutefois si vous n'avez pas de fumoir vous pouvez également utiliser une cocotte: il vous faut donc une cocotte et son couvercle, mais également un ramequin métallique à poser dans la cocotte et une grille surélevée à poser dans le ramequin métallique: cette dernière servira à déposer l'aliment qui ne doit pas

être en contact direct avec les copeaux de bois, ni avec le plateau intérieur ou la cocotte. Un couscoussier convient parfaitement.

[www.pawispeche.com/fumoir-de-table-inox,fr,3,546.cfm](http://www.pawispeche.com/fumoir-de-table-inox,fr,3,546.cfm)

[www.e-citizen.com/produits/fumoir-smoki-1-44593](http://www.e-citizen.com/produits/fumoir-smoki-1-44593)



fumoir à chaud

## Préparation:

Commençons par les deux préparations à base d'aubergines. Débutez par la découpe de deux aubergines pour le caviar d'aubergine et faites la découpe de la troisième aubergine en petits dés qui serviront pour le dressage. Vous pourrez ainsi cuire les deux préparations en parallèle.

### 1/préparation du caviar d'aubergine

- Couper deux aubergines en deux.



Couper deux aubergines en deux

- Ciselez le dessus de chaque demi aubergine avec un petit couteau et placez les dans un plat qui passe au four. Versez un trait d'huile d'olive sur chaque et saupoudrez généreusement de thym. Enfournez à 180° pour environ 50 mn.



Cuire les aubergines au four

- Les aubergines cuites, ôtez-en la chair à l'aide d'une cuillère.



Prélevez la chair cuite de l'aubergine

- Pressez le jus du 1/2 citron.



Pressez le jus du citron

- Mixez l'aubergine avec le jus de citron. Salez et poivrez. Réservez. J'ai volontairement omis de mettre de l'ail dans ce caviar d'aubergine puisque le plat est déjà servi avec une crème d'ail.



Mixez l'aubergine avec le

jus de citron

## 2/ Préparation des petits dés d'aubergine

- Coupez la dernière aubergine en tranches.



- Puis taillez chaque tranche en lanières et chaque lanière en petits dés.



Puis coupez chaque lamelles  
en petits dés

- Faire revenir les petits dés d'aubergine à la poêle dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Réservez.





faire revenir les dés  
d'aubergine

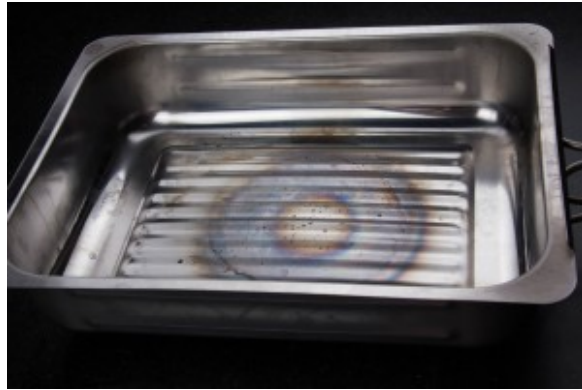
Passons au fumage de la truite:

- Découpez la truite en tranche puis chaque tranche en petits cubes de deux centimètres sur deux centimètres.



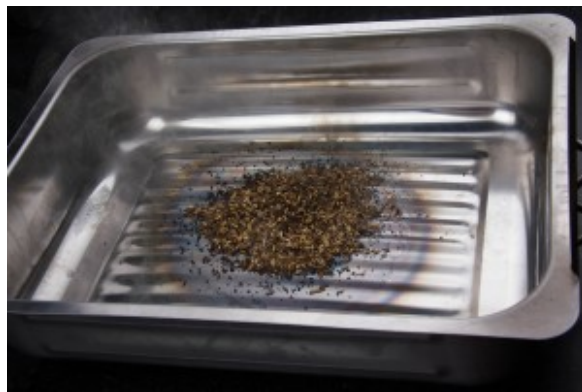
Découpez la truite en petits  
cubes

- Déposez les dés de truite sur une feuille de papier cuisson que vous poserez sur la grille de la cuve de fumage quand le fumoir sera chaud.
- Faire chauffer la cuve vide à feu vif. Pour l'instant ne mettez rien à l'intérieur, ni le plateau intérieur, ni la grille. La cuve (ou la cocotte) est chaude lorsqu'en projetant un peu d'eau dans celle-ci, l'eau forme des petites billes qui s'évaporent rapidement (très difficile à prendre en photo...).



faire chauffer la cuve sur le feu.

- Déposez alors une belle poignée de copeaux de chêne dans la cuve ( ou cocotte).



déposez alors la sciure de bois

- Puis immédiatement posez le plateau intérieur ( ou ramequin métallique) dans la cuve (ou cocotte) sur la sciure qui chauffe immédiatement très fort. Puis déposez la grille sur laquelle se trouvent les dés de truite dans le plateau intérieur ( ou ramequin métallique). Fermez la cuve avec le couvercle.
- Laissez cuire pendant 2 mn à feu vif et baissez le feu de moitié. Laissez alors cuire 10 mn. La truite est prête. Réservez la au frais.



La truite est cuite et fumée

- Faire dorer les pignons à sec dans une poêle. Réservez.

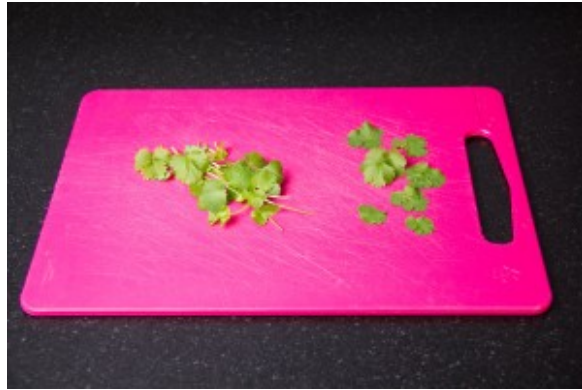


Faire revenir les pignons dans une poêle

## **Dressage :**

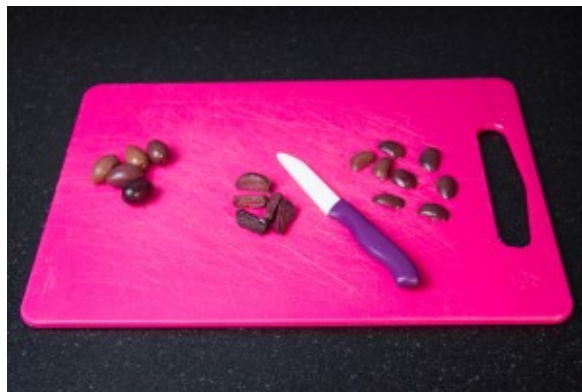
Juste avant de dresser, deux dernières petites préparations :

- Détachez de leur tige quelques feuilles de coriandre.



Coupez les petites de coriandre

- Coupez des jolis copeaux d'olive à l'aide d'un petit couteau.



Dénoyautez les olives

- Égouttez les tomates confites.

**Important pour faciliter le dressage:** préparez dans des petits bols individuels tous les ingrédients du dressage. A savoir les dés de truite, le caviar d'aubergine, les dés d'aubergine, les olives, les tomates confites, les pignons, les feuilles de coriandre ainsi que fleur de sel et poivre pour l'assaisonnement.

Et on commence!

- Dressez le caviar d'aubergine en arc de cercle sur l'assiette.



Dressez le caviar  
d'aubergine en arc de cercle

- Puis disposez dessus les dés d'aubergine.



Disposez les dés d'aubergine  
par dessus

- Puis quelques dés de truite...



Faire de même avec les dés  
de truite

- Poursuivez avec les copeaux d'olive et des tomates confites.



Rajoutez les olives et tomates confites

- Puis les feuilles de coriandre et les pignons.



Puis les feuilles de coriandre et les pignons

- Faire un petit arc de cercle au centre de l'assiette avec la crème d'ail et décorez comme précédemment avec des olives, tomates confites et feuilles de coriandre.



Ajoutez la crème d'ail au centre

- Salez avec de la fleur de sel sur les morceaux de truite... et c'est prêt. Un régal pour les yeux et les papilles!



C'est prêt!