Barramundi croustillant à la confiture de piments

Recette de V-ZUG SA

Préparation	1 h 30 min
Temps de cuisson	8 min
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Confiture de piments

1 kg de tomates, p. ex. Roma

Inciser les tomates en croix et les placer dans le bac de cuisson perforé. Cuire à la vapeur.

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 4 min

Peler les tomates cuites à la vapeur et les hacher.

½ oignon doux

2 gousses d'ail

6 piments, longs, rouges

2 cc d'huile d'olive

Epépiner les piments, les hacher finement avec l'oignon doux et l'ail, puis les faire revenir dans une casserole avec l'huile d'olive.

500 g de sucre

1 citron vert

70 ml de vinaigre de vin blanc

2 cc de sel de mer

Déposer les tomates avec tous les autres ingrédients de la confiture dans une poêle et laisser mijoter pendant une heure.

Barramundi

4 morceaux de barramundi, env. 130 g chacun, avec la peau et sans arêtes

Sel

2 cs de maïzena

Essuyer le poisson à l'aide d'un torchon de cuisine, saler et frotter les morceaux côté peau avec la maïzena.

L'appareil préchauffe

(Pré)chauffer l'enceinte de cuisson à 230 °C avec PizzaPlus

2 cs d'huile

Verser l’huile sur la plaque à gâteaux et placer le poisson, côté peau vers le bas, dans l’huile. Insérer la plaque à gâteaux dans l’espace de cuisson préchauffé. Cuire.

Enfourner le mets à cuire

PizzaPlus 230 °C pendant 8 min

Servir le poisson avec la confiture de piments.

Accessoires

Plaque à gâteaux

Bac de cuisson perforé, 430 x 370 x 25 mm

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019