

Poisson grillé parfumé aux 4 épices

Ingrédients

- 1 poisson (mérrou, capitaine, rouget, marguerite, etc.), vidé, nettoyé et écaillé
- sel,
- riz malgache vargas
- mélange 4 épices pilées au mortier (curry, anis étoilé, poivre blanc, poivre sauvage)
- rougail

Préparation

Séchez le poisson avec des serviettes en papier. Des deux côtés du poisson faire deux ou trois entailles, ceci assurera une cuisson plus égale et permettra également aux ingrédients de mieux imprégner le poisson.



POISSON

- 1 – cuire le poisson au bbq.
- 2 – retourner le poisson plusieurs fois et le badigeonner d'huile
- 3 - Rajouter les 4 épices pendant la cuisson

RIZ

- 1 – cuire le riz (autocuiseur ou casserole).

ROUGAIL

- 1 – couper les tomates en petits dés
- 2 – couper les oignons en petits dés
- 3 – rajouter une càcafé de gingembre poudre
- 4 – rajouter une càsoupe de vinaigre
- 5 – rajouter une càsoupe d'huile (olive de préférence)
- 6 – poivre et sel

DRESSAGE ASSIETTE

- 1 – disposer le poisson dans l'assiette
- 2 – riz
- 4 - rougail
- 3 – pour les amateurs d'épices pimentées servir à côté dans deux petits ramequins : sauce piment « rond de majunga » et sauce achards (mélange de piments rouge, citrons verts, sel).

ENJOY!