



## ***Ceviche de flétan aux saveurs du Québec***

[POISSONS](#) - [RECETTES](#) - [REPAS](#)



NOMBRE DE PORTION : 2

---

TEMPS DE PRÉPARATION :

25 MIN

---

TEMPS DE CUISSON :

---

TEMPS DE REPOS : 30 MIN

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

---

CONGÉLATION: NON

## Ingrédients

---

Recette gracieuseté du chef Frédérick Boucher

- 200 gr. de flétan frais, sans peau
- Sel
- 75 ml de **jus de rhubarbe** \*
- 1 petit oignon rouge, coupé en fine lamelles
- 1 filet d'huile de poireaux \*\*
- 50 ml de mayonnaise
- Quelques tranches fines de concombre
- Sel et poivre
- Pousses de sapin Baumier marinées
- Fleurs comestibles (pensées, capucines, calendules, tagètes)

\*Il suffit de réduire en purée des morceaux de rhubarbe. On ajoute un peu d'eau si le mélange est trop épais. Ensuite, on filtre le tout pour retirer les fibres.

\*\*Pour faire l'huile de poireau. Mettre la même quantité de vert de poireau que d'huile de tournesol dans un mélangeur. Mixer et filtrer par la suite.

## Préparation

---

1. Saler le flétan généreusement, laisser reposer 30 minutes puis rincer à grande eau.
2. À l'aide d'un linge propre, éponger l'excès d'eau du poisson.
3. Couper le flétan en cube de 2-3 cm dans le sens contraire des fibres.
4. Faites mariner le poisson avec le jus de rhubarbe, l'oignon ciselé, le sel et l'huile de tournesol.
5. Dresser le mélange de poisson et d'oignon en retirant un peu d'oignon.
6. Couler un peu de jus de la marinade du poisson.
7. Garnir de mayonnaise et d'huile de poireaux, de tranches de concombre, de pousses de sapin, et de fleurs.
8. Saler et poivrer au goût.