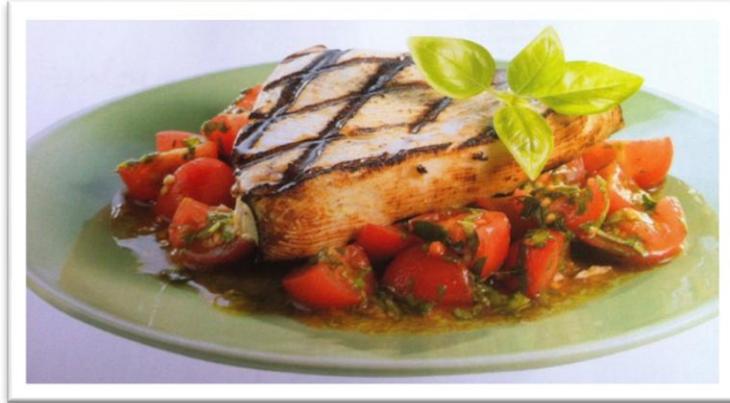


Blue Marlin à la salsa de tomates cerise



1 portion

Décongélation

Placer le poisson sous-vide dans l'eau froide de 20 à 30 min. jusqu'à décongélation complète. Éviter l'eau chaude ou tiède, très mauvais pour la prolifération des bactéries. La décongélation peut aussi être faite au réfrigérateur une journée avant.

Ingrédients :

1 darne de Blue Marlin	2ml. (½ c. à thé) de jus de citron
250 ml. (1 tasse) de tomates cerise	30 ml (2 c, à soupe) basilic frais
1 gousse d'ail	30 ml (2 c, à soupe) de coriandre fraîche hachée
5 ml. (1c. à thé) d'huile d'olive	Au goût Sel, poivre et paprika
2ml. (½ c. à thé) de vinaigre balsamique	

Préparation :

- **Faire** la salsa en mélangeant tous les ingrédients
- **Cuire** le **Blue Marlin** sur le grill ou à la poêle de chaque côté jusqu'au degré de cuisson désiré (attention de ne pas trop cuire)
- **Servir** le poisson nappé de salsa.



Pour un mariage sucré-salé intéressant. Ajouter des fruits frais à la salsa de tomates. Tomates et fraises, tomates et mangue, tomates et cantaloup ou tomate melon d'eau sont tous des mélanges heureux.