

Ingrédients

pour 6 personnes

- 2 gousses d'ail écrasées
- 2 cuillères à soupe de concentré de tamarin
- 1 cuillère à soupe de curry
- ½ cuillère à café de curcuma
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 2 piments rouges finement hachés
- 6 tranches de cabot de fond d'environ 150g chacune
- 3 cuillères à soupe d'huile
- 125 ml de lait de coco

Cabot de fond au tamarin

Préparation

Mélanger ensemble ail, tamarin, curry, curcuma, jus de citron et piment.

Mettre les tranches de poisson dans un plat creux.
Badigeonner de toutes parts du mélange à l'ail.
Couvrir et réfrigérer 1 heure.

Faire chauffer l'huile dans une poêle.
A feu moyen, cuire le poisson 2 minutes de chaque côté.
Incorporer le lait de coco, couvrir et laisser frémir 10 minutes :
le poisson doit s'émietter sous une fourchette



Présentation

Présenter avec des tranches de citron, quelques feuilles d'aneth.
Servir avec du riz.