

Seffa avec Maquereau et endives

Ingredients 2 personnes

- 2 Maquereaux levés en filet
- 1 verre à moutarde de semoule et raisins secs
- 3 petites endives jeunes
- 4 cornichons
- 1 cuillère à soupe de Câpres
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Pour le Bouillon
- 75 cl d'eau
- 1/2 fenouil
- 1 branche de céleri
- 2 clous de girofle
- 1 branche de thym
- 2 feuilles de laurier



Etapes



1. Préparer le bouillon, pour cela remplir 75 cl d'eau porter à ébullition
2. Eplucher l'oignon, le couper en morceaux après avoir piqué les clous de girofle dedans et les ajouter
3. Laver la branche de céleri puis la ciseler avec les feuilles.
4. Couper le fenouil en deux, le passer sous l'eau et le couper en morceaux.
5. Ajouter la branche de céleri coupées et le 1/2 fenouil coupé également.
6. Fermer la cocotte laisser cuire
7. Rincer et effeuiller les endives.
8. Dans le haut d'un cuit-vapeur ou dans le haut d'un couscoussier, disposer les feuilles d'endive et posez les filets de maquereaux dessus. (il est possible aussi de poser un appareil à trous sur la cocotte où le bouillon a cuit)
9. Faites cuire environ 10 mn.
10. Laisser les endives et le maquereau dans la partie vapeur et filtrer le bouillon. Le récupérer dans un pichet
11. Ajouter dans un saladier, la semoule avec l'huile, puis verser les 2/3 du bouillon chaud.
12. Cuire au MO pendant environ 3/4 minutes
13. Égrainez ensuite la semoule à l'aide d'une fourchette bien soigneusement
14. Ajouter un peu de bouillon si nécessaire et égrainer à nouveau
15. Emincer les cornichons en rondelles.
16. Prélever une cuillère à soupe de câpres et les ajouter avec les rondelles de cornichons à la semoule. Mélanger
17. Servir une portion de semoule dans chaque assiette, poser délicatement dessus les endives et les filets de poisson (que l'on aura réchauffés si nécessaire à la vapeur 1 à 2 minutes avant de servir)
18. Arroser d'un filet d'huile, assaisonner le maquereau et servir bien chaud.