

Terrine de poisson, citron et curcuma

Bonjour à toutes et tous,

C'est une de mes recettes classiques de l'été que j'aimerais partager avec vous. Elle a le mérite d'être préparable à l'avance et de se servir fraîche, ce qui est souvent un atout lors de ces mois chauds.

Mes gourmands (et en particulier mon mari) sont de grands amateurs des *terrines de poissons* et/ou fruits de mer en été. Le prix de ces préparations ainsi que leur liste d'ingrédients bizarres m'ont vite (i.e. il y a déjà quelques années de là ;)) poussée à tenter les recettes maison. J'ai découvert ainsi que ces mets ne sont pas si complexes que cela et qu'il existe autant de variantes possibles que de cuisiniers ou d'envies de complexité. On peut passer de la terrine « simple et savoureuse » préparée en 20 minutes avec du poisson peu onéreux à celle « festive et raffinée » avec différentes couches de poissons fins et des « inserts » en légumes ou en fruits de mer.

Celle que je vous propose aujourd'hui rentre dans la première catégorie et revient tous les ans sur la table. Il s'agit d'une terrine de poisson blanc (merlu, lieu noir ou lingue bleue selon l'arrivée du jour), parfumée au citron et au curcuma. Elle est vite préparée, dispose d'une jolie couleur grâce aux épices, d'un mélange de saveurs qui fonctionne très bien. Elle se prépare à l'avance et se sert fraîche pour l'été. Mes gourmands l'apprécient beaucoup, telle qu'elle, avec une mayonnaise ou une sauce au yaourt.

Je voulais donc partager avec vous cette recette de terrine de poisson, citron et curcuma, dans l'espoir qu'elle vous inspire. Vous pouvez bien évidemment l'enrichir à convenance.

Bonne journée



- TERRINE DE POISSON -
CITRON ET CURCUMA

Terrine de poisson, citron curcuma



Une recette de terrine de poisson citron et curcuma facile à préparer et savoureuse. Une recette à servir fraîche en été, pour se régaler autrement.

Saison de la recette : toute l'année

Pour 4 (plat) à 6 (entrée) personnes

- 600 à 700 g de filet de poisson blanc ((cf 1))
- 3 œufs
- 250 g de crème fraîche légère
- 1 échalote
- 1 citron jaune
- 1 cuillère à soupe de curcuma moulu
- 1 cuillère à soupe de maïzena ((cf 2))
- 1 cuillère à café de sel fin
- poivre

1. Portez une casserole d'eau à ébullition puis faites y cuire le poisson. Égouttez soigneusement, émiettez pour retirer les arrêtes et réservez
2. Hachez les échalotes. Prélevez le jus du citron et la moitié des zestes.

3. Dans le bol de votre mixer, placez les œufs, la crème, la maïzena et la chair de poisson. Mixez soigneusement pour obtenir une pâte homogène.
4. Ajoutez le jus de citron, les zestes, le curcuma, sel, poivre et homogénéisez.
5. En toute fin, mélangez les échalotes hachées.
6. Versez la moitié de la préparation soit dans des moules à muffins. Préchauffez votre four à 180°C.

Pour la cuisson (cf 3):

1. Préchauffez le four à 180°C.
 2. Soit vous enfournez tel que pour environ 25 minutes. Vérifiez la cuisson de la terrine en y enfonçant un couteau : la pâte doit ressortir sans trace de mousse.
 3. Soit vous préparez un plat à gratin avec de l'eau et l'enfournez au préchauffage du four. Une fois monté en température, placez y les moules façon bain marie. Enfournez pour 1 heure..
 4. Laissez refroidir quelques minutes et démoulez délicatement.
- (1) Pour la variété de poisson, privilégiez du merlu, lieu noir ou de la julienne. Vous pouvez vous orienter sur les poissons les moins onéreux des étales.
 - (2) La maïzena permet d'améliorer la tenue de la terrine.
 - (3) Il y a deux possibilités de cuisson
 - tel quel: ce qui donne une terrine un peu plus sèche, mais garanti un démoulage aisé.
 - Au bain marie, qui donne une terrine plus moelleuse mais un peu plus délicate à démouler et manipuler. Si vous optez pour cette cuisson,

conservez bien vos terrines à plat

- *Variante* : Vous pouvez réaliser la terrine dans un moule à cake huilé, en augmentant le temps de cuisson à au moins 45 minutes.
- *Saucer* : Accompagnez soit d'une sauce au yaourt, aneth et citron, soit d'une mayonnaise

Plat principal

Française

terrines poisson citron



Terrine de poisson citron et curcuma – Zoom

Découvrez aussi

Pour accompagner la terrine lors des les repas d'été :

- [Focaccia aux tomates](#)
- [Riz aux herbes](#)

- [Salade d'aubergines grillées aux amandes](#)



Salade aubergines grillées aux amandes