

# zeste

## Fish and chips de Daniel Vézina

par DANIEL VÉZINA

Quantité : **4 portions** (12) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **30 min**

Préparation **20 min**

Cuisson **10 min**

PUBLICITÉ

### Ingrédients

5-6 pommes de terre à chair jaune

500 g (1 lb) de filets de tilapia

150 ml (5 oz) de farine tout usage

60 ml (2 oz) de fécule de maïs

5 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte

5 ml (1 c. à thé) de sel

1 oeuf

150 ml (5 oz) de bière blonde

### SAUCE TARTARE

2 jaunes d'œufs

15 ml (1 c. à soupe) de moutarde de Dijon

Jus de 1/2 citrons

250 ml (1 tasse) d'huile de pépins de raisin

Sel et poivre du moulin

1 échalotes françaises

1 cornichons à l'aneth

30 ml (2 c. à soupe) de câpres

### Préparation

1. Peler et couper les pommes de terre en bâtonnets. Faire tremper les pommes de terre dans l'eau froide environ 30 minutes.
2. Couper les filets de tilapia en morceaux et bien les éponger sur du papier absorbant.
3. Dans un bol, mélanger la farine tout usage, la fécule de maïs, la poudre à pâte et le sel. Réserver.
4. Dans un autre bol, fouetter l'oeuf avec la bière.
5. Verser le mélange de bière et d'oeuf dans le mélange d'ingrédients secs et fouetter. Mélanger doucement sans trop brasser pour éviter que la pâte ne devienne élastique.
6. Laisser reposer la pâte au frigo pendant une quinzaine de minutes.
7. Préparer la sauce tartare: d'abord, mélanger ensemble les jaunes d'oeufs, moutarde de Dijon et le jus de citron. Incorporer ensuite l'huile en fouettant. Lorsque le mélange se tient bien, saler et poivrer. Ajouter l'échalote française finement émincée, le cornichon à l'aneth coupé en tout petits cubes, ainsi que les câpres et le persil émincés. Mélanger.
8. Sortir la pâte à frire du réfrigérateur. La passer au tamis pour enlever les grumeaux. Tremper les morceaux de poisson dans la pâte puis les déposer dans la friteuse. Cuire environ 5 minutes ou jusqu'à ce que les morceaux soient bien dorés. Sortir les morceaux de poisson de la friteuse et les déposer sur du papier absorbant.
9. Égoutter et éponger les pommes de terre. Faire d'abord blanchir les bâtonnets de pomme de terre pendant environ 3-4 minutes dans la friteuse. Retirer. Procéder ensuite à la deuxième cuisson. Cuire les frites jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
10. Servir les frites et les bâtonnets de poisson avec la sauce tartare et les quartiers d'agrumes.

30 ml (2 c. à soupe) de persil frais, haché

Agrumes, en quartiers

PUBLICITÉ

## Bon à savoir !

Servir les frites dans un papier placé dans un verre pour que le gras s'écoule.

► [Voir la vidéo de la recette](#)