

Retour de pêche au thon rouge

Ça y est ! On a pris LE thon, celui qui après de multiples relâchés, arborant sa bague, va nous gratifier de son excellente chair.

**Comment transformer ce sprinter des mers en délice pour la famille et les amis ?
D'abord, comment le découper ?
Plusieurs écoles se partagent darnes ou filets ?**

Personnellement je souscris aux deux et procède de la façon suivante :
Le jour de la capture, le thon, saigné en mer est découpé en plusieurs séquences :

- la ventrèche est prélevée pour cuisson à la plancha le jour même ;
- tous les petits morceaux de la tête et résultant de la découpe vont être la base d'un délicieux « ceviche » qui me rappelle le Mexique ;
- les darnes sont destinées à une cuisson à la plancha pour préserver le moelleux qui disparaît au barbecue ;
- les morceaux pour sashimi et sushi seront prélevés à partir du cœur de filet.

Je privilégie les filets qui vont permettre d'éviter les arêtes (les petits pourront en manger sans appréhension) et sans peau pour garder cette chair savoureuse dans les meilleures conditions possibles jusqu'aux fêtes de Noël.

Le problème est la conservation avec deux critères : la congélation et la décongélation.

La **congélation** consiste à mettre des aliments à très basse température dans un délai très court. Donc, si vous voulez congeler du poisson, vérifiez la capacité de votre congélateur, descendez-le au froid maxi (-30°C ou plus) et congelez par petites quantités (3-4 kg).



Par ailleurs, l'ennemi n°1 pour garder l'aspect de nos prises est **l'oxygène** qui vient oxyder et dénaturer les tissus avec lesquels il est en contact. Préparez des morceaux qui tiendront dans des sachets que vous viderez de leur air grâce à un petit appareil pour faire le vide. Personnellement j'utilise le même depuis plus de 20 ans et cela ne coûte que quelques dizaines d'euros, mais l'investissement en vaut la chandelle, sans compter le gain de place dans le congélateur. Après avoir écrit sur chaque sachet la nature et la date de congélation, vous avez six mois pour trouver l'occasion de mettre du thon rouge au menu.

La **décongélation** consiste à ramener le produit à son état initial, deux impératifs : doucement et sans contact avec l'air. Mettre la pièce dans son sac sous vide d'air, dans le frigo réglé à +4°C pendant une nuit pour 1 kg, plus si la pièce est plus importante. **Le morceau de poisson doit retrouver sa souplesse initiale et son aspect brillant.** S'il est terne, souvent à cause d'une oxydation involontaire, vous pouvez enlever une très mince épaisseur de chair pour avoir le côté translucide du thon frais (d'où l'intérêt d'avoir des pièces relativement importantes). Après, libre à vous de le cuisiner à votre guise.

Voir recette en dernière page.
Halieutiquement vôtre