



Sandwichs de dorade panée pour 4 personnes

2 dorades
3 cs de farine
3 cs de maïzena (amidon de maïs)
100 ml d'eau
2 pincées de sel
50 g de panko
(chapelure japonaise)
200 g d'huile à frire
8 tranches de tresse
(ou un autre pain)

Pour la sauce:
5 cs de mayonnaise
2 cornichons
5 g d'aneth frais
10 g de moutarde
Jus d'½ citron
30 g de parmesan

Préparation:

1. Préparer les dorades: les écailler et les découper en filets.
2. Réaliser la pâte à friture: dans un bol, bien mélanger la farine, la maïzena, l'eau et le sel jusqu'à obtention d'une pâte lisse.
3. Paner le poisson: rouler les filets de poisson dans la pâte puis dans le panko de manière à les recouvrir uniformément.
4. Cuisson: dans une poêle, faire chauffer l'huile à frire à 170 °C. Placer délicatement les filets de poisson dans l'huile chaude et les faire cuire lentement jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
5. Faire griller le pain: pendant que le poisson cuit, faire griller légèrement les tranches de tresse dans une poêle afin qu'elles soient chaudes et légèrement croustillantes.
6. Préparer la sauce: hacher finement l'aneth et couper les cornichons en petits dés. Dans un bol, mélanger la mayonnaise, la moutarde, l'aneth haché, les petits dés de cornichons ainsi que le jus de citron. Bien mélanger et assaisonner selon les goûts.
7. Dressage: dresser les filets de dorade panés sur les tranches de tresse. Saupoudrer de parmesan fraîchement râpé et verser quelques gouttes de jus de citron sur le poisson.