

Guide Maison : Le Filet-O-Fish Façon Fast-Food

Ingrédients (pour 1 burger)

- 1 pain burger (bun) nature, sans graines de sésame
- 1 pavé de colin d'Alaska ou de cabillaud (environ 100g)
- 1/2 tranche de fromage fondu type cheddar ou emmental
- 1 cuillère à soupe de sauce tartare
- Chapelure fine (type Panko pour plus de croustillant)
- 1 œuf battu et un peu de farine pour la panure
- Huile de friture neutre

Préparation du poisson

- Découpez le pavé de poisson à la taille du pain.
- Passez le poisson successivement dans la farine, l'œuf battu, puis la chapelure.
- Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites frire le poisson 3 à 4 minutes par face jusqu'à obtenir une belle coloration dorée.
- Épongez l'excédent de gras sur du papier absorbant.

Assemblage et Montage

- Faites chauffer les deux faces du pain à la vapeur (astuce : 30 secondes au micro-ondes dans un papier absorbant humide pour un pain ultra-moelleux).
- Étalez généreusement la sauce tartare sur la base du pain.
- Déposez le poisson pané bien chaud.
- Ajoutez la demi-tranche de fromage par-dessus.
- Refermez le burger et laissez reposer 1 minute pour que la chaleur fasse fondre légèrement le fromage.

Conseils de Chef

- Pour une texture authentique, ne toastez pas le pain : la cuisson vapeur est le secret de la texture 'nuage' du Filet-O-Fish.
- Assaisonnez votre chapelure avec une pincée de sel et d'ail en poudre pour plus de goût.
- Si vous n'avez pas de sauce tartare, mélangez de la mayonnaise avec des câpres hachées et un peu de jus de citron.