





## EMINCÉ DE DORADE À LA VANILLE ET CITRON VERT, QUINOA À LA CORIANDRE

Ingrédients				
	2 pers.		4 pers.	
Filets de Dorade sans peau	2 pièces		4 pièces	
Vanille	1/2 gousse		1 gousse	
Citron vert	1 pièce		2 pièces	
Quinoa	80 g		160 g	
Coriandre	1/4 botte		1/2 botte	



### Réalisation de la recette

 Préparation : 10 mn

 Cuisson : 10 mn

#### 1. L'émincé de dorade

- Tout d'abord, faire chauffer une casserole d'eau pour la cuisson du quinoa (2 fois le volume de quinoa en eau).
- Puis émince la dorade en lanières, puis la disposer dans un plat.
- A l'aide d'une râpe ou d'un économe, réalisez des zestes de citron.
- Coupez la gousse de vanille en deux dans la longueur et la gratter, disposez la vanille sur les lanières de dorade.
- Pressez ensuite le ou les citrons verts en jus et bien le mélanger à l'émincé de dorade. Laissez mariner au frais environ 10 minutes.

#### 2. Le quinoa

- Dans la casserole d'eau bouillante, versez le quinoa et laissez cuire à feu vif pendant environ 10 minutes. Contrôlez la cuisson puis égouttez le quinoa. Le mettre de côté dans la casserole.
- Lavez, égouttez et effeuillez la coriandre. Ajoutez un peu de coriandre au quinoa puis la dorade marinée. La dorade va colorer (couleur nacre).

#### 3. Le dressage

- Sur une assiette plate, disposez au centre l'émincé de dorade à la vanille, citron vert et quinoa à la coriandre.
- Bonne dégustation!

