



Cuisine judéo-tunisienne

Recette du poisson 'hraïmi ("poisson malin")

Par Agnès Desarthe – avril 2015

Pour le poisson 'hraïmi on peut utiliser toutes sortes de poissons: cabillaud, mullet, bar, sole...

Ingrédients:

600g de cabillaud (on peut également utiliser du mullet, du bar ou de la sole)
 2 citrons
 2 oignons
 1 gousse d'ail
 2 grosses cuillères à café de concentré de tomate
 1 cuillère à café de harissa
 1 cuillère à soupe de paprika
 1 cuillère à soupe de cumin
 1 cuillère à café de carvi moulu
 1 et 1/2 cuillère à café de sel
 5 tours d'huile de tournesol

Préparation:

Couper les oignons en petits morceaux

Faire 5 tours d'huile de tournesol dans une marmite, et y déposer les oignons pour les faire bien dorer

Pendant ce temps préparer la sauce:

Dans un saladier, mélanger 2 cuillères grosses à café de concentré de tomate avec 1 cuillère à café de harissa, 1 cuillère à soupe de paprika, 1 cuillère à soupe de cumin, 1 cuillère à café de carvi moulu

Bien mélanger

Presser le jus de 2 citrons puis l'ajouter petit à petit au mélange

Ajouter 1 cuillère 1/2 à café de sel puis mélanger

Ajouter 1 gousse d'ail coupée très finement ou à l'aide d'un presse-ail puis mélanger

Déposer tout le mélange dans la marmite et bien mélanger ma sauce aux oignons

Y déposer le poisson puis recouvrir la marmite d'un couvercle

Laisser cuire 15 min environ pour du poisson frais et 25 min environ pour du poisson encore congelé

Tourner les poissons à mi cuisson pour qu'ils soient bien imprégnés de sauce de tous les côtés

Peut se manger froid ou chaud, avec du riz ou sans.