Pavé de saumon à la marocaine

Ingrédients

- 160 g de pavé de saumon
- 3 gambas
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 citron
- 1 c. à soupe de vinaigre
- 4 gousses d'ail
- 2 c. à soupe de persil haché
- 2 c. à soupe de coriandre hachée
- 4 pincées de cumin
- 4 pincées de paprika
- 2 pommes de terre
- 1 poivron rouge
- 1 poivron jaune
- 1 poivron vert
- 2 tomates fraîches
- 2 carottes
- 1 pièce de safran en purée
- 1 c. à soupe d'huile d'argan

1. Préparer la chermoula

Dans un bol, écraser ou hacher très finement les **4 gousses d'ail**, puis ajouter

- le persil,
- la coriandre,
- le cumin,
- le paprika,
- le safran,
- le jus du citron,
- le vinaigre,
- les 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

- Bien mélanger.
- On doit obtenir une préparation parfumée, assez liquide pour pouvoir enrober les légumes et le poisson.

Ne pas ajouter l'huile d'argan à ce stade. Elle sera utilisée en finition.

2. Mariner le saumon et les gambas

- Réserver une petite partie de la chermoula pour la cuisson.
- Enrober le pavé de saumon avec le reste.
- Faire de même avec les gambas.
- Laisser mariner environ **20 à 30 minutes au frais.**

Le citron et le vinaigre étant acides, je ne prolongerais pas la marinade plusieurs heures : le poisson risquerait de commencer à « cuire » dans l'acidité.

3. Préparer les légumes

- Éplucher les pommes de terre et les carottes.
- Couper les pommes de terre en rondelles relativement fines.
- Couper les carottes en rondelles ou en bâtonnets.
- Épépiner les trois poivrons et les couper en lanières.
- Couper les tomates en rondelles.

4. Commencer la cuisson des légumes

Dans un plat allant au four ou, idéalement, dans un plat de cuisson marocain suffisamment large, disposer :

1. les pommes de terre,
2. les carottes,
3. les poivrons,
4. les tomates.

- Répartir dessus la chermoula réservée.
- Ajouter éventuellement quelques cuillerées d'eau dans le fond du plat pour permettre aux légumes de commencer à cuire sans que la préparation n'attache.
- Couvrir.
- Cuire à **180 °C** pendant environ **25 à 30 minutes**, jusqu'à ce que les pommes de terre commencent à devenir tendres.

5. Ajouter le saumon et les gambas

- Lorsque les légumes sont presque cuits, placer le **pavé de saumon au milieu**.
- Disposer les **3 gambas** autour.
- Arroser avec la marinade restante.
- Remettre au four, découvert cette fois, pendant environ **10 à 15 minutes**.
- Le temps exact dépendra de l'épaisseur du pavé.

Le saumon doit rester **moelleux et légèrement nacré au centre**, tandis que les gambas doivent simplement être cuites et rester tendres.

6. La finition à l'huile d'argan

C'est ici que je mettrais la signature du plat.

- A la sortie du four, laisser reposer le saumon **2 minutes**.
- Puis verser délicatement **1 cuillère à soupe d'huile d'argan** sur le pavé et les légumes.

Ne pas faire cuire longuement cette huile : son intérêt est justement de conserver son parfum caractéristique.

Dressage

Pour retrouver un esprit « restaurant » :

- Déposer les légumes au centre de l'assiette en conservant les différentes couleurs des poivrons visibles.
- Poser le pavé de saumon dessus ou légèrement à côté.
- Disposer les trois gambas autour du saumon.
- Verser le jus de cuisson **autour** du poisson plutôt que dessus.
- Terminer avec un très léger filet d'huile d'argan.

Le résultat doit être coloré : rouge, jaune et vert des poivrons, tomate, carotte et pommes de terre autour du saumon.

Le point essentiel

Je pense que la réussite de cette recette tient à la **cuisson en deux temps :**

1. **légumes d'abord → saumon et gambas ensuite → huile d'argan en finition.**

Cela permet aux légumes de prendre les parfums de la chermoula sans dessécher le saumon.