



Prunes bleues et maquereaux grillés à la flamme, oignon rouge et fleur de coriandre

Une recette de [Manon Fleury](#)

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

Maquereaux et prunes bleues grillés

- 4 filets de maquereau (de maquereau de 500 g)
- 4 prunes bleues
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel

Semoule au citron confit

- 150 g de semoule
- 150 g d'eau
- 2 citrons confits
- Quelques feuilles de menthe
- 1 poignée de raisins secs
- Sel fin
- 2 cuillères d'huile d'olive
- Le jus d'un citron

Pulpe de prunes

- 8 prunes bleues
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin rouge
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel fin

Assaisonnement

- 4 petits oignons rouges
- Le jus de 2 citrons
- 1 cuillère d'huile d'olive
- 1/2 bottes de fleurs de coriandre

Pour la semoule

1. Amener les 150 g d'eau à ébullition.
2. Pendant ce temps-là, rouler la semoule dans l'huile d'olive et saler.
3. Verser l'eau frémissante sur la semoule et couvrir pour laisser gonfler la semoule. Réserver 5 minutes.
4. Faire gonfler les raisins secs dans de l'eau chaude à feu doux.
5. Tailler les citrons confits en 4. Enlever le cœur. Tailler-les finement.
6. Ciseler finement la menthe.
7. A l'aide d'une fourchette mélanger la semoule, les raisins, les citrons confits hachés. Ajouter le jus de citron, puis la menthe ciselée.

Pour la pulpe de prunes

1. Tailler les prunes en deux. Prélever le noyau. Les mettre dans un plat au four à 200 °C pendant 15 minutes.
2. Une fois les prunes cuites, enlever la peau. A l'aide d'une fourchette, mélanger délicatement la pulpe de prune avec le vinaigre de vin rouge, l'huile d'olive et le sel.

Pour le maquereau

1. Tailler le maquereau en gros morceaux.
2. Ouvrir les prunes en deux. Prélever le noyau. Re-tailler les prunes en deux.
3. A l'aide d'un pinceau, badigeonner les morceaux de maquereau et de prunes d'huile d'olive.
4. Saler le maquereau et les prunes.
5. A l'aide d'un chalumeau, griller la peau des morceaux de maquereau puis griller la peau des morceaux de prunes.

Assaisonnement

1. Tailler les oignons rouges en pétales. Les mariner dans le jus de citron et l'huile d'olive.
2. Dans le fond d'une assiette, disposer la pulpe de prune. Ajouter la semoule au citron confit.
3. Ajouter ensuite les morceaux de maquereau et de prunes en les intercalant.
4. Ajouter les pétales d'oignons rouges et les fleurs de coriandre.