Ecrit par Echo du Mardi le 27 juin 2026

La recette de ceviche de pastèque et betterave du chef Xavier Mathieu

Xavier Mathieu est le propriétaire et chef étoilé de l'établissement Le Phébus & Spa à Joucas. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de ceviche de pastèque et betterave, avec tempura de thon aux épices du soleil.

Préparation du thon :
– 600 g de thon frais
– 20 g de graines de coriandre
– 20 g de graines de fenouil
– 20 g de baies roses
– Huile de friture
– Sel, poivre de Penja

Couper le thon en tronçons de 7 cm de longueur sur 1 cm de côté de sorte à en avoir un par personne. Hacher ensemble les graines de coriandre, les graines de fenouil, les baies roses, le poivre et du sel. Rouler les bâtonnets de thon dans cette préparation. Laisser reposer 30 minutes.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 27 juin 2026

Pâte à tempura :
– 200 g de farine à tempura
– 50 g d'eau gazeuse

Mélanger la farine et l'eau gazeuse afin d'obtenir une pâte à tempura. Y tremper les bâtonnets de thon, puis les faire frire 2 minutes dans une huile de friture chauffée à 180 °C.

Salade :
– 300 g de pastèque
– 300 g de betterave
– 100 g d'oignon rouge
– 100 g de grenade
– 40 g de graines de lin
– 8 brins de coriandre

Couper la pastèque en cubes de 1 cm de côté. Couper la betterave en cubes de 0,5 cm de côté. Éplucher puis émincez finement l'oignon rouge. Égrainer la grenade. Torréfier les graines de lin en les faisant chauffer dans une poêle. Mélanger tous les ingrédients de la salade, en conservant de la coriandre et de l'oignon rouge pour le dressage.

Sauce :
– 60 g de vinaigre de riz
– 40 g de jus de citron
– 20 g de sauce soja
– 100 g d'huile de sésame noir

Mélanger bien tous les ingrédients de la sauce. Disposer la salade sur les assiettes de service. Déposer les bâtonnets de thon frits sur la salade (les couper en plus petits morceaux si vous le souhaitez), assaisonner avec la sauce et parsemer d'un peu de coriandre et d'oignon rouge finement émincé. Poivrer au moulin et servir.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par Echo du Mardi le 27 juin 2026

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 27 juin 2026

DR

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !