



L'Artisan  
**Popol**  
SAVEURS CULINAIRES

Recettes concoctées en Provence

*Tartelettes de maquereaux  
marinés au vinaigre à la pulpe  
de poivron rouge*



POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION : 1 H

DIFFICULTÉ \*\*\*\*

- 180 g de beurre mou
- 1 petite càc de sucre
- 1 petite càc de fleur de sel Popol
- 1 jaune d'œuf
- 5 cl de lait
- 200 g de farine
- 50 g de parmesan

- 4 càs de vinaigre à la pulpe de tomate et de poivron rouge
- 2 càs de miel
- 3 filets de maquereau

- 150 g de Philadelphia
- 1 petit bouquet de ciboulette
- poivre de Kampot Popol
- piment d'Espelette
- Le jus d'un 1/2 citron

## Tartelettes de maquereaux marinés au vinaigre à la pulpe de poivron rouge

### POUR LA PÂTE BRISÉE

1. Dans un bol, travaillez le beurre pommade avec le sucre, le sel et le jaune d'œuf. Versez progressivement le lait sans cesser de remuer. Tamisez la farine et le parmesan sur le mélange. Fraisez la pâte, formez une boule, filmez et placez au frais au moins une heure.

2. Étalez la pâte sur un plan de travail fariné, puis découpez des disques de 3/4 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce.

3. Piquez les disques de pâte à l'aide d'une fourchette, disposez dans des moules en silicone et faites cuire 10 à 15 minutes dans un four préchauffé à 180°.

### POUR LA MARINADE

4. Dans un plat creux, mélangez le vinaigre et le miel. Disposez les filets de maquereau, filmez et laissez mariner au moins 30 minutes. Au bout de ce temps, coupez les maquereaux en tronçons de 2 cm environ.

5. Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle, ajoutez le restant de marinade et faites revenir les maquereaux côté peau, 2 à 3 minutes environ. Laissez tiédir hors du feu.

### POUR LE DRESSAGE

6. Travaillez le fromage frais à la fourchette, ajoutez-y la ciboulette émincée finement, le poivre et le piment d'Espelette.

7. Disposez une cuillère de ce mélange sur les fonds de tarte et posez les carrés de maquereau par dessus. Assaisonnez d'un trait de jus de citron.

POPOL | 50, avenue du Port - 83270 St Cyr sur Mer

Tél. 04 94 07 32 92 - [contact@chezpopol.fr](mailto:contact@chezpopol.fr)

RCS Toulon B 420 941 387 - SASU Capital social 150.000€

[WWW.CHEZPOPOL.FR](http://WWW.CHEZPOPOL.FR)



L'Artisan  
**Popol**  
SAVEURS CULINAIRES

Recettes concoctées en Provence

Préparation culinaire  
de vinaigre à la pulpe de  
tomate et de poivron rouge

Contenance : 250 ml