

Éviscération à sec façon Niland

🍴 1 portions · ⌚ prep. 15m

Méthode de vidage du poisson sans aucun contact avec l'eau, inspirée du chef australien Josh Niland (Saint Peter, Fish Butchery, Sydney). Remplace le rinçage par un essuyage au papier absorbant.

Préserve la qualité de la chair, prolonge la conservation et prépare idéalement le poisson au fumage ou à la maturation.

australienne

INGRÉDIENTS

□ poisson entier

1 □ papier absorbant

PRÉPARATION

— Préparation du poste de travail —

1. Disposer sur un *plan de travail sec* : - une *planche à découper* dédiée poisson - une *pile de papier absorbant* largement dimensionnée (clé du protocole) - un *couteau filet de sole bien aiguisé* - un *écailleux* (ou le dos d'un couteau lourd) - une *cuillère à soupe* (manche ou cuilleron, pour gratter) - optionnel : une *brosse à dents souple* dédiée (pour la ligne de sang)
2. Mettre du papier journal sous la planche pour récupérer les écailles.

***Règle d'or** : pas d'évier à proximité. Le réflexe instinctif du robinet est le piège principal du débutant. Si une zone est trop souillée (vésicule crevée, voir plus bas), un papier à peine humidifié puis resécher immédiatement — jamais le robinet.*

— Écaillage à sec —

3. Écailler le *poisson entier* ***avant toute ouverture du ventre*** : sinon les écailles tombent dans la cavité et y restent.
4. Travailler de la queue vers la tête, à l'écailleux ou au dos du couteau, sur poisson parfaitement sec.

*Niland lève les écailles ****en nappe**** au couteau plutôt qu'à l'écailleux à main, pour préserver l'intégrité de la peau — indispensable si le poisson est destiné à la maturation ou au fumage (la peau intacte protège la chair et croustille mieux). À ton échelle, l'écailleux classique convient pour commencer.*

— Incision du ventre —

5. Pointe du couteau dans l'****orifice anal***, remonter vers la tête en n'entaillant que la paroi abdominale.
6. ***Ne pas plonger profond*** : l'objectif est de ne pas crever les intestins, ni surtout la ****vésicule biliaire**** (petite poche verte près du foie, qui

contient un liquide très amer qui contaminerait la chair s'il se répandait).

— Retrait du bloc viscéral —

7. Dégager l'ensemble du paquet intestinal d'un seul geste, en le tirant vers le bas et l'arrière du poisson. Couper proprement à la base au niveau de l'œsophage et de l'anus si les viscères restent attachées.
8. Évacuer le tout dans une *poubelle* immédiatement (ou dans un sac de congélation si tu veux les conserver pour un garum ou un fumet).

*Le bloc viscéral est la principale source enzymatique et bactérienne qui migre vers la chair. **Plus on évacue tôt, mieux c'est** — Niland et la tradition japonaise sont d'accord sur ce point.*

— Traitement de la ligne de sang —

9. Au fond de la cavité, le long de l'arête, se trouve la ***ligne de sang*** (le rein, ligne sombre sous une fine membrane). C'est elle la grande responsable des mauvaises odeurs et de l'amertume, et c'est elle qu'on a l'habitude — à tort — de faire partir au jet d'eau.
10. Fendre la membrane d'un coup d'ongle ou de pointe de couteau.
11. Racler le sang à sec :
12. • avec le **bord du manche ou du cuilleron** d'une cuillère, qu'on passe le long de l'arête - ou avec une **petite brosse à dents souple**, qui entre bien dans le sillon
13. Évacuer ce qu'on décolle au fur et à mesure avec du *papier absorbant* roulé ou tamponné dans la cavité.
14. Répéter — gratter, essuyer, gratter, essuyer — jusqu'à ce que la **cavité soit nette** et le papier ressorte propre.

— Branchies et tête —

15. Si la tête est conservée, retirer les branchies à la pince ou à la main (elles sont la deuxième source bactérienne après les viscères).
16. Tamponner l'intérieur des opercules au papier absorbant.

— Séchage profond —

17. Éponger l'intérieur de la cavité avec plusieurs feuilles de papier absorbant, en insistant jusqu'à ce que le papier ressorte **sec et propre**.
18. Essuyer l'extérieur du poisson — peau, queue, tête — toujours au papier sec.
19. Le poisson doit ressortir **sec au toucher**, sans aucune zone humide.

— Ressuyage au froid —

20. Idéalement, placer le poisson ****à découvert**** sur une grille au-dessus d'une assiette, dans la partie la plus froide du réfrigérateur (0–2 °C), pendant 2 h à 4 h.
21. La surface se tend, une fine pellicle se forme. Le poisson est prêt pour la suite : sashimi, fumage, maturation courte, cuisson — selon la destination.

*Ce ressuyage ****remplace fonctionnellement le rinçage**** de la méthode classique : pas d'eau ajoutée, pas de chrono déclenché, surface idéale pour fixer la fumée ou pour une coupe nette au sashimi.*

— **Cas particulier : vésicule biliaire crevée** —

22. C'est le ****seul vrai piège**** du débutant. Si la vésicule s'est crevée pendant l'incision et que le liquide vert touche la chair :
23. • ****L'amertume est pire que le peu d'eau introduite**** — c'est l'unique exception au protocole sec. - Rincer localement, ****très brièvement**** (2-3 secondes maximum), à l'eau froide. - Sécher immédiatement et soigneusement la zone au papier absorbant. - Reprendre le protocole sec normalement.

C'est l'exception qui confirme la règle. Pour tout le reste de la manipulation, on revient à zéro eau.

— **Pour s'entraîner** —

24. Commencer sur une ****truite**** ou un ****sandre**** : chair ferme, cavité dégagée, vésicule facile à repérer.
25. La ****carpe**** est plus grasse et plus exigeante. Le ****maquereau**** est l'école idéale de la ligne de sang mais s'altère vite — à ne tenter que sur du très frais.

*****Avantage d'entraînement sur poisson d'eau douce**** : la truite et le sandre ne contiennent quasiment pas de TMAO (composé uniquement marin), donc ****pas d'odeur de poisson**** à brouiller le retour sensoriel. Tu juges uniquement la qualité du geste. Quand le geste sera propre sur de la truite, tu sauras immédiatement, sur un poisson de mer, si l'odeur vient de ta technique ou de la matière première elle-même.*

*Une fois le geste acquis, un poisson vidé à sec et bien ressuyé ****n'a tout simplement pas d'odeur**** — c'est la meilleure preuve que la méthode marche.*

technique