

CONCOCTÉ PAR

**BBO**  
QUÉBEC

# CAHIER CULINAIRE



LES  
POURVOIRES  
DU QUÉBEC

POURVOIRES.COM



# LA PRISE DU JOUR

INSATISFAIT DE FAIRE  
CUIRE VOS TRUITES AVEC  
DE L'OIGNON ET DU PAPIER  
D'ALUMINIUM? EH BIEN,  
VOICI UNE TECHNIQUE TOUTE  
SIMPLE MAIS DÉLICIEUSE  
POUR ÉPATER LA GALERIE!

## INGRÉDIENTS

**1 à 4** Truites  
*selon la chance que vous  
avez en tant que pêcheur*

**Au goût** Épices Argentina  
de BBQ Québec

**Au goût** Huile d'avocat

## ACCESSOIRES RECOMMANDÉS

☐ Panier multifonction  
ou panier à poisson  
en acier inoxydable

☐ Pinceau pour  
badigeonner l'huile

## BOIS IDÉAL POUR FUMAISSON

ÉRABLE  
CHÊNE

## CONSEIL

Un panier à poisson est vraiment l'outil idéal pour cuire des truites entières. En plus de rendre possible la cuisson de plusieurs poissons en même temps, il protège leur chaire fragile en plus de créer une pression qui accélère la cuisson tout en retenant plus de saveur et d'humidité.

## PRÉPARATION

**1** Badigeonner l'extérieur de la truite d'un peu d'huile d'avocat et saupoudrer l'extérieur et l'intérieur du poisson avec les épices Argentina de BBQ Québec. On souhaite que les épices recouvrent presque entièrement l'ensemble des poissons... sans en mettre trop.

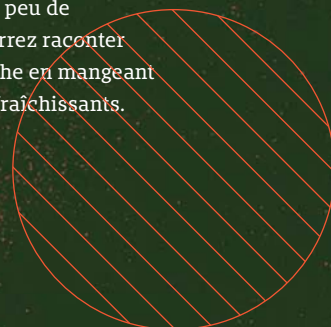
Ensuite, on referme le panier et le tour est joué!

## CUISSON

**2** Griller au-dessus d'un feu direct à haute température. Du charbon d'érable à sucre, un BBQ au gaz à pleine puissance avec le couvercle ouvert ou un simple feu de bûches d'érable ou de chêne donneront une chaleur parfaite pour rendre la peau croustillante et l'intérieur de la truite tendre avec son mélange d'épices cuit à la perfection.

**3** Tourner toutes les 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que la chaire soit rose foncé et que la peau soit légèrement sèche. Un maximum de 8 à 10 minutes devrait suffire selon la grosseur des poissons et la puissance du feu.

**4** Fourchette en main, déguster le festin! À servir sur une salade maison avec quelques croûtons, du bacon fumé et un peu de parmesan. Vous pourrez raconter votre histoire de pêche en mangeant un repas des plus rafraîchissants.



# MAÎTRISER L'ART DE LA FUMAIISON

**BBQ**  
QUÉBEC



## BBQ | FUMOIRS | ACCESSOIRES

LA MEILLEURE GAMME DE BBQ ET DE PRODUITS DE FUMAIISON

DISPONIBLE CHEZ BBQ QUÉBEC ET CHEZ PLUS DE 70 MARCHANDS DU GROUPE BMR  
QUÉBEC | BOUCHERVILLE | LAVAL | LÉVIS | [BBQQUEBEC.COM](http://BBQQUEBEC.COM) |   

**BBQ**  
QUÉBEC