



## ***Tipo i'a*, poisson macéré et enveloppé dans les feuilles**

*Tipo i'a*, chair de poisson frais, macérée et enveloppée dans des feuilles de *fau* <sup>1</sup>. La chair ferme de requin ou de *Peti*, <sup>2</sup>*Hapu'u reru* ou Mérou géant, convient à la préparation de ce mets afin de l'attendrir.

### **Outils :**

- Couteau de cuisine
- Planche à découper
- Plat en bois

### **Ingrédients :**

- Poisson frais
- Sel fin
- Citrons
- Oignon
- Ail
- Lait de coco
- *Neva* <sup>3</sup>

### **Enveloppe :**

- Feuilles de *fau*

### **Ligature :**

- Fils de *fau*

### **Préparation :**

- Découper la chair de poisson en cubes et mettre dans le plat
- Saler le poisson

---

<sup>1</sup> *Fau* : ancien nom du *pūrau*, *hibiscus tiliaceus*, P. Pétard, Plantes utiles de Polynésie, 1986, Editions haere po no tahiti, P.214

<sup>2</sup> *Peti* : R.Bagnis, P. Mazellier, J. Bennett, E. Christian, Poissons de Polynésie, 1976, Les éditions du Pacifique, p. 103

<sup>3</sup> *Neva*, tah 'oporo, fr petit piment, poivrier de Cayenne, piment du Chili, sc *capsicum frutescens*, P Pétard, Plantes utiles de Polynésie, Edition Haere po no Tahiti, 1986, p 272 à 273

### *Tipo i'a*

- Citronner et laisser macérer pendant quelques heures pour que la chair de poisson soit saisie par le jus de citron et le sel
- Après quelques heures de macération, prendre une bonne poignée de poisson, la presser pour faire évacuer le jus de macération
- Découper l'oignon et l'ail
- Mélanger le poisson avec l'oignon, l'ail, un peu de lait de coco et un piment écrasé
- Enlever les pédoncules de feuille de *fau*
- Empiler tête bêche six feuilles de *fau*
- Mettre le mélange au centre des feuilles en relevant les bords vers le centre
- Lier fermement le paquet à l'aide de fils de *fau* et suspendre la préparation à une branche d'arbre pendant une nuit pour la consommer le lendemain, ceci afin d'attendrir la chair de poisson.

Le *tipo i'a* est accompagné de *ko'ehi tarua*, pâte de *tarua* au lait de coco. C'est une nourriture qui peut se consommer pendant quelques jours voire quelques semaines, car de nos jours, le réfrigérateur est un moyen idéal pour la conservation de longue durée.