

Écorchage et filetage d'un poisson à peau épaisse\*, ici un sandre (69cm, 3,4kg), mais c'est pareil pour des perches par exemple...



Afin de ne pas oublier, et pour faciliter les manipulations, je prélève les morceaux de choix que sont les joues.



Avec un couteau très affûté (ici un désosseur).

Maintenir le poisson par les trous laissés par les joues.

Et donc faire une incision assez profonde de chaque côté le long de l'épine dorsale, ainsi que de chaque côté, le long de la nageoire anale, de l'anus à la queue.

Puis tout le tour de la tête au niveau de la "nuque", mais moins en profondeur, juste inciser la peau sur tout le tour.



D'arrière en avant, tirer l'épine dorsale, toutes les arêtes sont ainsi ôtées.



Idem pour la nageoire anale.

Soulever une petite languette de peau en forme de V située derrière la "nuque", et tirer d'avant en arrière pour écorcher le poisson, la peau et bien entendu toutes les écailles sont ainsi ôtées en une seule opération.

Idem de l'autre côté, pour des perches « portion », on peut faire les deux cotés à la fois, et on enlève la peau comme pour des grenouilles fraîches.



Si le poisson est trop frais comme ici, je m'aide d'un couteau tranchant pour couper les adhérences entre la peau et la chair.

La peau est enlevée, on peut couper la tête et la queue, du même coup, les viscères sont enlevées, et partent avec la tête.



Il reste à tirer les filets comme pour n'importe quel poisson.  
Un couteau de type "feuille de sole" à lame très souple facilite la tâche en suivant bien la colonne vertébrale au plus près.



Au final on a deux beaux filets sans **aucune** arête, et en bonus les joues délicieuses.



\*Ça fonctionne bien pour un bar ou une dorade, mais comme c'est grillé au BBQ que je les préfère, donc je laisse la peau et les écailles, qui protègent la chair.