

Filet de sandre gratiné sur lie de Corent épinards sautés à cru et tagliatelles fraîches vertes au basilic rouge

- *5 personnes*
- *Base :*
 - 5 filets de sandre de 150 g
(choisir peau assez foncée)*
 - 15 g de fleur de sel*
 - 5 g de poivre blanc du moulin*
- *Sauce :*
 - 150 g d'échalotes*
 - 575 g lie de Corent, Saint-Verny*
 - 20 g de crème*
 - 100 g de beurre*
- *Garniture :*
 - 350 g d'épinards*
 - 150 g de tagliatelles*
 - 1/2 bottillon de basilic rouge*
- *Huile d'olive*

Garniture :

faire sauter vivement à la poêle antiadhésive les feuilles d'épinards préalablement équeutées et lavées. Prélever cinq grandes feuilles. Cuire les tagliatelles à grande eau salée avec un trait d'huile d'olive. Les rafraîchir rapidement et incorporer le basilic haché et l'huile (léger). Former des demi-boules et les envelopper dans les feuilles d'épinards. Réserver le reste d'épinards et disposer sous les filets de poisson.

Sauce :

faire deux réductions : l'une avec les échalotes et la lie de Corent et l'autre avec la lie de Corent uniquement. Laisser réduire jusqu'à 5 cl. Ajouter la crème sur la réduction à l'échalote, laisser réduire, incorporer le beurre en petits morceaux au fouet, assaisonner, passer au chinois sur la réduction simple. Parsemer au moment le basilic sur la sauce.

Base :

inciser en quadrillant la peau des filets, cuire les filets de poisson, assaisonnés uniquement sur le dessus, au grill très vif. Veillez à avoir une cuisson parfaite au niveau du filet c'est à dire croustillant sur la peau et juste un changement de couleur (nacré à blanc) de la chair. Ne pas trop laisser reposer pour ne pas perdre le croustillant.



*Accompagner
d'un Côtes d'Auvergne
blanc Chardonnay,
en Première Cuvée St-Verny
ou Prestige des Dômes*