



VELOUTÉ DE LÉGUMES ET FILETS DE TRUITE DU JURA

Velouté

Ingrédients

- 1 oignon (hacher)
- 1 gousse d'ail (hacher)
- 20 gr. de beurre
- 1 dl de crème
- 600 gr. de pommes de terre (peler et couper en paysanne)
- 1l de bouillon de légumes

Préparation

Faire revenir les oignons et l'ail dans la sauteuse chauffée avec le beurre.

Ajouter les pommes de terre, faire revenir en faisant bien fondre l'ail et l'oignon.

Ajouter le bouillon de légumes et laisser mijoter durant 40 minutes.

Assaisonner avec du sel et du poivre.

Mixer la soupe et la passer au chinois

Réajuster l'assaisonnement avec la noix de muscade et y ajouter la crème.

Sauté

Ingrédients

- noix de muscade
- poivre
- sel
- 4 artichauts
- citron
- shitake
- 8 branches d'aneth



Préparation

Couper les artichauts, pour n'en garder que le coeur.

Porter à ébullition de l'eau avec du sel et du jus de citron et mettre les artichauts à cuire 20 minutes.

Emincer les shiitakés grossièrement

Une fois cuit, couper le coeur des artichauts en morceaux.

Mettre le beurre à fondre dans la sauteuse et faire revenir les champignons et les artichauts.

Assaisonner le sauté de sel et poivre.

Juste avant de servir, ajouter de l'aneth.

Truite

Ingrédients

- 2 truites ou 4 filets de truite

Préparation

Lever les filets des truites et les assaisonner.

Dans la sauteuse préalablement beurrée, saisir les filets de truites, 30-40 secondes sur chaque côté.

Dressage

Dans une assiette creuse, mettre le sauté, disposer ensuite les filets de truite, puis au moment de servir à table, verser le velouté tout autour.

Accord en vin

Blanc, Domaine Vin du Diable, Cortaillod