



TRUITE SAUMONÉE CONFITE ET SA COURGE JACK BE LITTLE

Ingédients

- 2 gros filets de truite saumonée
- 2 petites courges Jack be little
- Tête de moine
- Champignons
- 50ml de bière ambrée
- 1 gousse d'ail
- 1 échalotes
- Huile d'olives
- Beurre
- Thym
- Ciboulette
- Crème

Préparation

Enlever les arrêtes des 2 filets de la truite.

Couper les filets en deux.

Placer dans un plat et ajouter du thym frais.

Verser de l'huile d'olive jusqu'à la moitié de la hauteur du poisson.

Ajouter la gousse d'ail.

Glisser le tout au four 20 minutes à 100 degrés.

Vider les courges.

les cuire dans de l'eau bouillante et salée.

Remplir les courges avec la farce.

Faire une girole de tête de moine et la poser sur le dessus pour faire gratiner.

Enfourner à 200-220 degrés environ 15 minutes.

Farce

Ciseler les échalotes.

Eplucher les champignons et couper en lamelles.

Dans une sauteuse, mettre une noix de beurre et faire revenir les échalotes.

Dans un deuxième temps, ajouter les champignons.

Laisser mijoter quelques minutes en continuant de remuer.

Assaisonner avec du sel et du poivre.

Faire des petits cubes de tête de moine et les incorporer à la préparation.

Ajouter de la ciboulette.

Mélanger le tout sans chauffer.



Sauce :

Faire revenir de l'échalote dans du beurre et déglacer avec la bière ambrée.

Ajouter du fond de poisson et monter la sauce avec du beurre. Ajouter de la crème et mélanger.

Dressage

En accompagnement, disposer quelques légumes confits.

Napper la sauce sur le poisson.

Disposer la courge et les filets de truite sur l'assiette.

Ajouter quelques herbes pour la décoration.

Accord en vin

Blanc, Cave Saint-Germain, Moutier