

La Lotte rôtie au Curry, sauce Bourride à l'Amande

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 filet de 500gr de Lotte
- Une pointe de Curry en poudre
- 2 Salades Sucrine (mini-Laitue)
 - 1 Citron
 - 50gr Beurre
- 1/2 Pomme de Terre
- 4 cuillères à soupe de Crème liquide
- 1 cuillère à soupe de poudre d'Amande
 - 1 petite gousse d'Ail
 - 2 jaunes d'œuf
- 25cl d'Huile d'Olive douce
 - Sel
- Quelques brins de Ciboulette



Côtes du Rhône

Réserve

Vif et aromatique, ce Vin du Sud appelle une cuisine ensoleillée! La texture ferme de la Lotte et l'Ail frais préserve le caractère net et nerveux de l'accord. L'Huile d'Olive dans la Bourride, enrichit et lie généreusement entre eux les arômes du vin et du plat sur des saveurs typiquement méditerranéennes...



1) Mettre à mariner le filet de Lotte avec deux cuillères à soupes d'Huile d'Olive et la pointe de Curry. Filmer et réserver une heure au frais.

2) Eplucher la Pomme de Terre et cuire à l'eau jusqu'à ce qu'elle soit fondante. Egoutter et laisser tempérer.

3) A l'aide d'un mixeur à main, déposer dans un récipient adapté les deux jaunes d'Œuf, l'Ail écrasé, la cuillère à soupe de poudre d'Amande, la Crème liquide, une pincée de Sel et la Pomme de terre cuite. Commencer à mixer et verser l'Huile d'Olive en filet, tout en maintenant le mixeur en marche. Monter la sauce comme une Mayonnaise. La Sauce bourride ainsi montée, devrait avoir une consistance souple. Débarasser la dans une petite casserole, couvrir d'un papier film et réserver ainsi.

4) Trancher et portionner la Lotte. Saler et saisir à l'Huile d'Olive dans une poêle anti-adhésive très chaude. Laisser dorer sur les deux faces et finir la coloration avec une noix de Beurre. Déglacer d'un trait de Citron. Débarrasser et maintenir au chaud.

Dans la même poêle, déposer les Sucrines fendues en deux et les passer rapidement à feu vif dans le Beurre restant. Saler, puis déglacer à nouveau d'un léger trait de Citron. Gardez-les craquantes.

5) Délayer légèrement, la sauce Bourride avec 10cl d'Eau bouillante. Tiédir sans faire bouillir à feu doux en fouettant régulièrement et rectifier l'assaisonnement. La Sauce Bourride est prête.

6) Vous pouvez disposer en plat ou à l'assiette avec quelques bâtonnets de Ciboulette par-dessus, puis servir...

Température de service : 10-11°C

FAMILLE PERRIN

