

Dos de morue, mousseline de carottes, coulis de poivrons fumés au thym |

Recette pour 4 pers

Description

Un plat qui va vous procurer du plaisir, autant dans sa réalisation que dans sa dégustation.

L'astuce du chef

Cuisson de la Morue

Lorsque vous exercez une pression sur le morceau de morue, que les feuillées de chair qui la constitue se défont facilement, considérez qu'elle est cuite.

Le choix du poisson peut varier suivant vos envies, attention, le temps de cuisson peut varier.

Ingrédients

Morue

- 4 Unité(s) Pavé de morue (150g)
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Mousseline de carotte

- 500 Gr Carotte
- 10 Ml Huile d'olive
- 60 Gr Beurre
- 1 Cuil. à thé Curcuma
- 4 Gousse(s) Ail
- 4 Branche(s) Thym
- 100 Ml Crème 35%
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Coulis de poivron

- 2 Unité(s) Poivron rouge
- 4 Branche(s) Thym
- 50 Ml Huile d'olive
- 2 Pincée(s) Piment d'espelette
- 0.50 Pointe de couteau Fumée liquide
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **90 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **420 F°**

Mise en place

Mousseline

Épluchez les carottes, les couper en rondelle (5 mm d'épaisseur).

Défaire la tête d'ail, coupez uniquement la tête de la gousse, gardez la peau (en chemise).

Coupez le beurre en petits cubes, gardez-le au réfrigérateur.

Morue

Faites chauffer une poêle antiadhésive, ajoutez de l'huile d'olive et du beurre. Déposez les dos de morue, assurez-vous d'une coloration, retournés les morceaux, les arrosez du beurre de cuisson.

Gardez les morceaux de côté, les flasher 4 à 5 minutes au four avant de servir.

Mousseline

Dans un plat allant au four, recouvert d'un papier cuisson, déposez les rondelles de carotte, les arroser d'un filet d'huile d'olive, ajoutez les branches de thym, le curcuma et les gousses d'ail en chemise.

Parsemez de cubes de beurre, recouvrez le plat d'une feuille d'aluminium (comme une papillote).

Placez le plat dans le four à 350°F, pour 30 minutes, ensuite retirez le papier aluminium, enfournez à nouveau à 400°F pour 10 minutes (légère coloration).

Retirez les branches de thym, la peau sur les gousses d'ail.

Mixez le tout dans un blender avec la crème, rectifiez l'assaisonnement au besoin.

Il est facile par la suite de réchauffer la mousseline au micro-ondes.

Coulis

Placez les poivrons sur une plaque de four, arrosez légèrement d'huile d'olive. Enfournez dans un four chaud 400°F durant 30 minutes (ils doivent noircir) cela va faciliter l'épluchage.

Retirez la peau à chaud, récupérez la chair des poivrons.

Placez la chair dans un robot coupe, avec le thym (effeuillé) et une petite goutte de fumée liquide, assaisonnez, piment d'Espelette et sel.

Mixez pour obtenir la texture souhaitée, ajoutez au besoin un filet d'huile d'olive.

Bon appétit!