

Truite confite à l'huile d'olive, purée de pommes de terre aux épinards, hollandaise au goût fumé |

Recette pour 4 personnes

Description

Savoureux qui ne vous laissera pas indifférent.

L'astuce du chef

Le temps de cuisson du poisson sera déterminé par l'épaisseur de vos portions.

Ingrédients

Truite

- 4 Portion(s) Filet de truite saumonée
- 100 Gr Sel
- 100 Gr Sucre
- 4 Cuil. à soupe Huile d'olive

- Sel et poivre

Purée de pommes de terre et épinard

- 600 Gr Pommes de terre yukon gold
- 2 Poignée(s) Bébés épinards
- 2 Cuil. à soupe Beurre

- Sel et poivre

Hollandaise fumée

- 1 Unité(s) Jaune d'œuf
- 30 Ml Eau
- 125 Gr Beurre
- 5 Ml Jus de citron
- 2 Goutte(s) Fumée liquide

- Sel et poivre

Garniture

- 4 Unité(s) Carotte nantaise

- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **266 F°**

Truite

Mélangez le sel et le sucre et recouvrir entièrement le filet de truite durant 30 minutes au réfrigérateur, ensuite, rincez à l'eau froide.

Mettre le filet dans un plat allant au four, nappez d'huile d'olive, puis enfournez à une température de 266°F durant 30-40 minutes.

Arrosez régulièrement au cours de la cuisson.

À la sortie du four, ajoutez trois tours de moulin de poivre.

Purée de pommes de terre aux épinards et carotte

Dans une casserole d'eau bouillante et salée, blanchissez durant 1 minutes les feuilles de bébé épinards. Les égoutter et les plonger dans une eau glacée, les égoutter à nouveau.

Faites cuire les pommes de terre, démarrez avec une casserole d'eau froide salée, ajoutez le citron coupé en deux, ainsi que les branches de thym, portez le tout à ébullition.

Assurez-vous avec la pointe du couteau, en les transperçant, que les pommes de terre sont suffisamment cuites.

Épluchez les pommes de terre avec la pointe du couteau, quand elles sont encore chaudes.

Les placez dans le bol ou la cuve de votre malaxeur, Pendant que vous les mélangez, ajoutez le beurre et les épinards blanchis.

Rectifiez l'assaisonnement, mélangez encore une fois avec force, de manière à obtenir une belle homogénéité.

Faites précuire les carottes à l'eau bouillante salée.

Hollandaise au goût fumée

Beurre clarifié

Laissez le beurre fondre très doucement à basse température. Le gras va se séparer automatiquement du petit lait qui va rester au fond. Récupérez que le gras, ne touchez pas au petit lait.

Sauce

Dans un récipient au bain-marie, battez les jaunes d'œufs avec l'eau. Mélangez bien jusqu'à ce que le mélange mousse. Retirez le récipient du bain-marie et incorporez petit à petit le beurre clarifié, sans arrêter de fouetter. Si la sauce refroidit trop pendant l'incorporation du beurre, remettez-la sur le bain-marie quelques secondes. Salez et poivrez puis ajoutez un filet de citron, le fumée liquide et servez aussitôt ou gardez la sauce au chaud au bain-marie.

Montage

Réchauffez les carottes dans un peu de beurre.

Déposez la purée de pomme de terre dans le fond de vos assiettes, placez la carotte et le pavé de truite, puis nappez de sauce.

Bon appétit!