

Daurade poêlée au foie gras avec ses légumes péyi

Temps de préparation

45 minutes

Temps de cuisson

40 minutes

Nombre de couverts

4



Julien Leguen

La Route du Rhum



Liste des ingrédients

- 2 carottes
- 1 cive
- 1 tomate
- 4 escalopes de foie gras frais
- 250 g de pâtes spaghetti
- 2 filets de daurade (coupez les filets en deux)
- 2 cl d'huile
- 50 g de beurre
- 35 cl d'eau
- PM sucre
- PM sel
- 4 patates douces
- 10 cl de crème

Recette

Daurade

Levez les filets de daurade (si votre poissonnier ne l'a pas déjà fait) et préchauffez votre four à 180° C.

Dans une poêle huilée et chaude (l'huile doit faire des stries), faites cuire pendant 3 minutes les filets de poisson côté peau. Plaquez ceux-ci contre la poêle à l'aide d'une spatule puis 2 minutes sur l'autre face.

Ajoutez 20 g de beurre et terminez la cuisson au four pendant 30 minutes

Carottes glacées

Pendant ce temps, dans une poêle beurrée, faites rissoler les carottes pendant 5 minutes puis ajoutez 35 cl d'eau, une grosse pincée de sucre et de sel.

Couvrez avec un papier de cuisson placé sur la poêle contre les carottes pendant 30 minutes. (Attention, le papier cuisson ne doit pas dépasser la poêle sous peine de prendre feu !).

Après cuisson, réservez au chaud

Galette de spaghetti

Faites cuire les spaghetti en respectant le temps de cuisson indiqué.

Égouttez et mélangez avec un œuf battu et le fromage râpé.

Préchauffez une poêle antiadhésive sans matière grasse.

Placez un cercle au centre de la poêle, y incorporez les pâtes et tassez celles-ci.

Colorez les deux côtés puis ôtez le cercle

Purée de patates douces

Épluchez et rincez les patates douces puis coupez-les en dés.

Dans l'eau bouillante et salée, faites-les cuire pendant environ 15 minutes.

Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau.

Égouttez, ajoutez une noix de beurre et 10 cl de crème. Remuez jusqu'à l'obtention d'une purée bien lisse et onctueuse. Pochez la purée.

Poêlez les escalopes de foie gras et déposez celles-ci sur les filets de daurade.

Dressez en déposant un filet au centre de l'assiette, déposez à la poche à douille et en arc de cercle 4 noix de purée. Placez les carottes glacées et la galette de spaghetti.

Votre plat est prêt. Une découverte gustative entre terre et mer

Bon appétit