

Pavé de daurade poêlé au café

Temps de préparation

1 heure

Temps de cuisson

30 minutes

Nombre de couverts

4



Raphaël Laborieux

Le Bao Beach



Liste des ingrédients

- 800 g de daurades (soit 1 pavé de 200 g par personne)
- 300 g de pommes de terre
- 300 g patates douces
- ½ de crème liquide
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive pour les légumes
- 20 g d'huile d'olive pour la cuisson du poisson
- 40 g de beurre doux pour la cuisson du poisson
- 1 poireau
- 1 tomate
- 1 branche de persil
- 2 carottes
- 1 courgette
- Sel/poivre
- 3 cuil. à soupe de miel
- 30 g de café en grains
- 70 g de café moulu dont 40 g pour saupoudrer le poisson

Recette

Faites mariner les filets dans un jus de citron, salez et poivrez, saupoudrez avec le café moulu sans excès et réservez au frais.

Épluchez, lavez et taillez les pommes de terre et les patates douces en fines rondelles de 5 mm d'épaisseur environ.

Taillez en fines lamelles le poireau.

Taillez en brunoise la tomate, la courgette

Faites cuire ces rondelles 10 minutes dans une eau frémissante pour qu'elles restent croquantes, puis plongez-les dans un bain avec des glaçons (cela arrêtera rapidement la cuisson), égouttez et réservez

Dans une casserole, versez la crème, ajoutez les grains de café et 30 g de café moulu.

Portez à ébullition et laissez infuser.

Ajoutez 2 à 3 cuil. à soupe de miel.

Faites frémir à nouveau la préparation, remuez pour mélanger le miel et l'infusion de café puis réservez

Préchauffez votre four à 180°C.

Dans un plat, versez 2 cuil. à soupe d'huile d'olive, disposez les rondelles de patates douces et les pommes de terre, salez et poivrez, enfournez.

Lorsque la crème est bien infusée, passez au chinois et faites réduire à petit feu

Dans une poêle, faites fondre et mélangez 40 g de beurre et 20 g d'huile d'olive.

Retirez les filets de la marinade et enlevez l'excédent de café moulu avec un essuie-tout.

Faites cuire le poisson dans la poêle côté peau.

Arrosez d'un jus de cuisson, puis terminez la cuisson 5 minutes au four

Réchauffez les légumes, disposez-les en rosas ou selon ce qui vous convient dans une assiette.

Sortir les poissons du four, déposez un filet sur les légumes, nappez légèrement le poisson avec la crème bien réduite, saupoudrez de café moulu, décorez à votre goût

Petite astuce :

Ajoutez 2 ou 3 gouttes de jus de citron dans la saucière

La finesse et l'équilibre de cette sauce surprendront vos invités