



**PassionFroid**  
groupe pomona

# FICHE RECETTE

Mise à jour : 18/08/2015

## Dos de cabillaud rôti à l'unilatérale et sa concassé de pistache et vanille



Budget :



### Ingrédients pour 10 Couverts

Réf.	Libellé	Quantité
40143	Dos de cabillaud sans peau sans arêtes MSC 180 g 8 Beaufort	1,8 Kilo
9279	World Mix Méditerranée Bonduelle	1,6 Kilo
28194	Guacamole	0,2 Kilo
	Pistaches	0,3 Kilo
	Beurre noisette	0,1 Kilo
	Gousses de vanille	1 Pièce Unitaire

### Recette

1. Mettre en décongélation les légumes en chambre froide positive pendant 24 heures.
2. Saisir les dos de cabillaud sans décongélation et sans sel sur leur face plate jusqu'à coloration (soit à la poêle, soit sur une plaque très chaude).
3. Séparément, réaliser une concassée de pistaches agrémentée de gousses de vanille. Cette préparation sera déposée à l'envoi sur le dessus du dos. Saucer d'un beurre noisette.
4. Déposer le poisson sur les légumes. Servir éventuellement avec une sauce courte à base de guacamole.