

Curry de poisson, méli-mélo de lentilles



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
100 g	Beurre doux	~
1	Fonds de volaille en brique 1 L CHEF	0091684
20 centilitres	Crème liquide entière	~
PM	Curry en boîte 440 g DUCROS	0010310
2 g	Echalote semoule en boîte 400 g CARAVELLE	0133933
600 g	Fumet de poisson en boîte 750 g KNORR	0020654
2 centilitres	Huile d'olive extra vierge Prodigieuse en bouteille verre 50 cl BORGES	0042475
67 g	Lentilles blondes en sac 10 kg SABAROT	0034394
67 g	Lentilles noires Beluga en sac 2,5 kg VIVIEN	0169054
67 g	Lentilles vertes en sac 5 kg SABAROT	0034407
1.2	Lotte entière	~
PM	Poivre blanc moulu en sachet 1 kg LA CASE AUX EPICES	0001995
PM	Sel de mer fin en sachet 1 kg LA TABLEE	0025254
1	Vin de l'Union Européenne blanc 11° en bouteille 75 cl LES HAUTS DE MARCY	0171176

Étapes de préparation

- 1 Réaliser le fumet de poisson selon les indications de remise en œuvre.
- 2 Préparer et habiller la lotte façon "gigotin". Mettre à mariner les gigotins de lotte dans l'huile d'olive avec un peu de curry.

- 3 Mettre en cuisson à court mouillement (échalotes, vin blanc, fumet de poisson, poivre), les gigotins de lotte couverts d'un papier cuisson dans un four à 180°C.
- 4 Débarrasser les gigotins de lotte. Faire réduire la cuisson de poisson.
- 5 Mettre en cuisson les 3 types de lentilles dans le bouillon de volaille.
- 6 Filtrer la cuisson de poisson et la monter au beurre. Réctifier l'assaisonnement et réserver au chaud.
- 7 Egoutter le méli-mélo de lentilles, assaisonner de sel, de poivre et de beurre doux.
- 8 Dresser vos assiettes : sur le méli-mélo de lentilles déposer les gigotins de lotte nappés généreusement de sauce.

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Sancerre rouge AOC 2015 en bouteille 75 cl PIERRE PRIEUR et FILS DOMAINE DE SAINT-PIERRE