

Médailлон de lotte marinée et jus de choux rouge



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
1	Lotte	~
20 pièces	Cebettes	~
0.3	Mange tout	~
0.3	Choux rouge	~
0.03	Huile d'olive fumée en bouteille 500 ml FINCA LA BARCA	0247374
0.05	Assaisonnement umami liquide en bouteille 400 ml KNORR	0282433
PM	Vinaigre balsamique blanc en bidon 2 L BORGES	0247055
PM	Sauce soja en bouteille 1 L KIKKOMAN	0059106

Étapes de préparation

- 1 Couper la lotte en médaillons et mariner avec l'assaisonnement umami
- 2 A l'aide d'une centrifugeuse extraire le jus du choux rouge et assaisonner avec le vinaigre balsamique et la sauce soja
- 3 Griller les légumes sous la salamandre ou sur la plancha
- 4 Servir en assemblant l'ensemble de éléments et agrémenter d'huile d'olive fumée