

Filet de carrelet sauce Dieppoise



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
42581	Filets de carrelet sans peau sans arêtes 110/140 g	1.3 Kilo
12676	Crevettes tropicales décortiquées cuites 300/500	100 Gramme
8627	Moules du Pacifique décoquillées cuites 200/500	150 Gramme
280882	Julienne de légumes CE2 2,5 kg Bon-et-Engagé	1.8 Kilo
20086	Ail coupé 500 g PassionFroid	30 Gramme
244551	Persil plat haché CE2 500 g Bon&Engagé	10 Gramme
24340	Champignons de Paris émincés 2,5 kg PassionFroid	150 Gramme
	Fumet de poisson	150 Centilitre
	Roux	100 Gramme
	Jus de citron	PM

Etapas de préparation

- 1 Pour la préparation de la suite culinaire, ajouter l'ail et le persil dans un fumé de poisson puis lier avec un roux pour faire un velouté et crémer
- 2 Sans décongélation, ajouter les crevettes, les moules et les champignons de Paris. Finir au jus de citron. Rectifier l'assaisonnement (sel/poivre)
- 3 Cuire les filets de poisson, sans décongélation, sans matière grasse et sans sel dans un bac gastro sur un petit lit de julienne de légumes à 220°C pendant 8 minutes à chaleur sèche
- 4 Après cuisson, napper avec la suite culinaire encore chaude. Servir avec la julienne de légumes