Dos de cabillaud en écailles de Saint-Jacques, vinaigrette aux agrumes et ses légumes romanesques

Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
63710	Suprêmes de pamplemousse 1 kg	50 Gramme
40143	Dos de cabillaud sans peau sans arêtes MSC 180 g 8 Beaufort	10 Pièce
4813	Noix de Saint-Jacques sans corail MSC 150 +	1.5 Kilo
	Vinaigrette aux agrumes	30 Centilitre
	Jus de citron vert	10 Centilitre
	Vinaigre balsamique	10 Centilitre
	Huile d'olive	10 Centilitre
	Poivre sauvage de Madagascar	PM
	Citron vert	2 Pièce
	Fleur de sel	PM

Etapes de préparation

1. Préparation de la vinaigrette : dans la vinaigrette aux agrumes, ajouter le pamplemousse préalablement émincé et le jus de citron vert. rectifier l'assaisonnement
2. Marquer en cuisson le dos de cabillaud au four sans sel et sans matière grasse à 220°C à chaleur sèche
3. Au moment du dressage, déposer le dos de cabillaud nappé de vinaigrette et finir avec des copeaux de Saint-Jacques encore surgelés. Assaisonner de poivre sauvage et de fleur de sel
4. Saisir dans une poêle chemisée de matière grasse, le mélange de fleurettes de choux romanesco, panais en cube, pommes de terre bleus. Assaisonner d'un filet d'huile d'olive et de fleur de sel.

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur. Photo non contractuelle - suggestion de présentation

Dos de cabillaud en écailles de Saint-Jacques, vinaigrette aux agrumes et ses légumes romanesques

L'astuce du chef

Pour une cuisson parfaite d'un poisson surgelé sans décongélation sans sel au four à haute température permet de garder toute son humidité. Un poisson qui a été péché et surgelé ne veut pas retourner à l'eau, donc pas de cuisson vapeur ou de court-bouillon

Laurent Lapierre, conseiller culinaire PassionFroid

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur. Photo non contractuelle - suggestion de présentation