

Longe de cabillaud, fricassée de panais à la truffe et crème de carde



Budget :



Ingrédients pour 10 Couverts

Réf.	Libellé	Quantité
174719	Longe de cabillaud avec peau sans arêtes MSC 600/800 g 8 Beaufort Silver	1,5 Kilo
	Cardons	300 Gramme
	Panais	0,9 Kilo
	Bouillon de volaille	1 Litre
	Sauge	PM
216472	Poitrine fumée tranchée VPF 400 g	100 Gramme
	Bille d'huile d'olive	PM
	Cresson d'eau	PM
	Fumet de poisson	0,1 Litre
	Yaourt bulgare	1 Pièce Unitaire
	Jus de citron	PM
	Truffe noire des Cévennes	PM
	Poireau	100 Gramme

Recette

1. Cuire le cabillaud au four à chaleur sèche, sans matière grasse, sans sel. Déglacer avec un bouillon de volaille aromatisé à la sauge. En finition, déposer une julienne de bacon grillé, des billes d'huile d'olive et du cresson d'eau
2. Pour la réalisation de la crème de carde : Couper les cardons en tronçons de 2 à 4 cm et jeter au fur et à mesure dans de l'eau citronnée pour éviter de noircir. Cuire à l'eau bouillante citronnée et salée. Le cardon est presque toujours blanchi avant d'être cuisiné, ce qui permet de l'attendrir et de réduire son amertume. Mixer les cardons avec du fumet de poisson. Mélanger avec du yaourt bulgare, du sel, du poivre et du jus de citron
3. Pour la réalisation de la fricassée de panais à la truffe : laver les panais, les éplucher (penser à les citronner afin d'éviter qu'il ne noircissent) puis les détailler en tranches fines (+/- 2 mm). Les faire bouillir à l'eau salée quelques minutes pour les ramollir puis finir à poêle les panais à l'huile d'olive, sel, poivre, une goutte de crème de carde et des brisures de truffe des Cévennes. Enfin, déposer une julienne de poireaux crus.