

# Sole soufflée farcie à la Saint-Jacques et sauce aux crustacés



Coût :

€ € €

## Ingrédients pour 10 personnes

Référence	Ingrédients	Quantité
26375	Sole entière 300/350 g	10 Pièce
231941	Noix de Saint-Jacques sans corail MSC 20/30	400 Gramme
277566	Soupe de poisson 1 kg	300 Gramme
66591	Asperges vertes 1 kg	100 Gramme
160253	Purée de patates douces 2,5 kg	400 Gramme
65440	Purée de pommes de terre vitelotte 1,5 kg	4 Pièce
21310	Crème fraîche épaisse 30% MG 1 L	100 Gramme
207359	Blanc d'oeuf liquide ODF 1 kg Atlantic Ovo	10 Centilitre
	Gingembre	100 Gramme
	Shimeji brown	100 Gramme
	Brin de coriandre	1 Pièce
	Branche de radis	1 Pièce
	Sel, poivre	PM

## Etapas de préparation

- 1 Préparation de la farce de Saint-Jacques :  
Couper les Saint-Jacques grossièrement. Ajouter la crème fraîche, le blanc d'œuf et la coriandre ciselée.  
Mixer et rectifier l'assaisonnement. Réserver au frais en poche à douille.
- 2 Préparation des soles :  
Mettre les soles à décongeler, enlever les deux peaux et prélever les petits filets de la sole. Réserver.  
Couper l'arête du dessous aux ciseaux, lever les filets du dessus les plus charnus sans les désolidariser de l'arête restante pour faire le montage.  
Effectuer le montage sur un film de cuisson : déposer deux petits filets de sole, poser à la poche la farce au centre puis finir avec les deux autres filet rattachés à l'arête. Assaisonner et fermer le film. Cuire au four à 100°C pendant 30mn. Réserver.  
Remonter en température les légumes et les purées, faire infuser dans la soupe de poisson le gingembre puis filtrer.

# Sole soufflée farcie à la Saint-Jacques et sauce aux crustacés

3 En finition : déposer des Saint-Jacques en carpaccio sur les dos de sole puis les passer à la flamme.

## L'astuce du Chef

---



Pour une belle tenue à la découpe, ne pas hésiter à saupoudrer la sole d'agar agar au moment du montage.

Laurent Lapiere, conseiller culinaire PassionFroid