

Dos d'églefin braisé et gratiné au comté comme un marengo



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 personne

Référence	Ingrédients	Quantité
156052	Dos d'églefin avec peau sans arêtes MSC 150 g 8 Beaufort	1 Pièce
46872	Demi-jambon cru fumé speck 2,5 kg env. La Grande Charcuterie	10 Gramme
44354	Comté au lait cru AOP affiné 4 mois pointe 1/12 32% MG 3 kg env.	30 Gramme
24339	Champignons de Paris entiers 2,5 kg PassionFroid	30 Gramme
22512	Tomates en cubes 2,5 kg PassionFroid	20 Gramme
3254	Petits oignons blancs 2,5 kg	30 Gramme
7468	Oignons émincés 2,5 kg Bonduelle	10 Gramme
20086	Ail coupé 500 g PassionFroid	3 Gramme
137755	Pain pochon précuit sur sole 450 g	20 Gramme
	Fumet de crustacés	0.1 Litre
	Farine	5 Gramme
	Branche de thym	1 Pièce
	Laurier	1 Feuille
	Branche de persil plat	1 Pièce
	Aloé vera	1 Feuille
	Sel, poivre, huile d'olive	PM

Etapas de préparation

- 1 Faire suer les oignons et l'ail, ajouter le thym et le laurier, puis les cubes de tomates et laisser compoter.
- 2 Ajouter les champignons et les oignons grelots, saupoudrer de farine torréfiée puis passer le tout au four à chaleur sèche de façon à bien caraméliser l'ensemble.

Dos d'églefin braisé et gratiné au comté comme un marengo

- 3 Mouiller au fumet de crustacés et porter à ébullition, la liaison doit se faire au nid d'abeille. Rectifier l'assaisonnement et réserver.
- 4 Mettre en décongélation des dos d'églefin selon la méthode HACCP.
- 5 A l'aide d'un couteau filet de sole, enlever la moitié de la peau en faisant une incision.
- 6 Passer le comté à la râpe microplane, puis recouvrir la partie du poisson débarrassée de sa peau.
- 7 Cuire au four à chaleur sèche les dos d'églefin sans sel et sans matière grasse, arrêter la cuisson aux trois quarts (il faut que le fromage croûte et caramélise) puis la terminer dans la sauce marengo.
- 8 A l'envoi, intégrer dans la sauce une julienne de jambon speck en prenant soin de ne pas la cuire.
- 9 Servir avec des croutons de pain pochon dorés à l'huile d'olive et saupoudrer de persil.
- 10 Dresser : en finition julienne d'aloë vera et persil plat.

L'astuce du chef



Il est important de passer la farine au four ou à la poêle pour la torréfier (lui apporter une cuisson), elle sera plus apte à la liaison, plus digeste et surtout n'apportera pas l'âpreté de la farine crue.
Il est possible de remplacer la farine par un extrait cuit comme une féculé de pomme de terre ou de maïs.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid