

Dos de cabillaud, crème de crustacés à la ciboulette et trio de légumes BIO



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 personnes

Référence	Ingrédients	Quantité
31676	Dos de cabillaud sans peau sans arêtes MSC 130 g 8 Beaufort	10 Pièce
180288	Poêlée de trio de légumes BIO 2,5 kg Paysan Breton	1.7 Kilo
244550	Ciboulette coupée CE2 500 g Bon&Engagé	30 Gramme
235822	Crème liquide BIO 30% MG 1 L Candia	100 Gramme
277566	Soupe de poisson 1 kg	30 Centilitre
239488	Beurre plaquette doux BIO 82 % MG 250 G Candia	30 Gramme
	Sel, poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Mettre en cuisson la soupe de poisson, ajouter la crème et la ciboulette et réserver
- 2 Remonter la poêlée au four en plaque gastro avec couvercle avec une noisette de beurre à 150°C, 20 à 30 minutes en fonction des volumes.
- 3 Cuire le poisson sur plaque pâtisserie au four à 250°C côté peau vers la chaleur pendant 4 min. Finir la cuisson à basse température à 110°C pour atteindre +54°C à cœur.
- 4 Assaisonner en sortie de four, napper de sauce et maintenir dans une table chaude à 80°C.