

Grosse truite à la parisienne et ses garnitures



Ingrédients pour 6 personnes :

Pour la truite : 1 filet de truite de 1kg

Pour la farce fine :

125g de chair de truite, 5g de sel, 75g de panade, 1 œuf, 100g de crème

Pour la panade :

250g d'eau, 125g de farine, 65g de beurre, 4 œufs, assaisonnement

Pour la tomate farcie :

6 petites tomates, 120g de chair de truite, 1 pomme, 1 cébette, huile d'olive, vinaigre balsamique blanc, sel, raifort, huile d'olive, piment d'Espelette

Pour la tartlette :

1 rouleau de pâte brisée (commerce), 100g de chair de truite, 1 cuillère de mayonnaise, vinaigre balsamique blanc, assaisonnement, 6 asperges, 1 cébette, 1 pomme

Pour les œufs

3 œufs, 1 cuillère de mayonnaise, 6 cuillères d'œufs de truite fumés

Pour la mayonnaise :

1 œuf, 1 cuillère de moutarde, 1,5dl d'huile de tournesol, vinaigre balsamique, assaisonnement

Finition :

Herbes et fleurs, 1 citron

Le filet de truite :

Retirer la peau et les arêtes du milieu à l'aide d'une pince à désarêter. Parer les côtés pour obtenir un rectangle régulier. Dédoubler le filet dans l'épaisseur pour doubler la largeur de ce rectangle. Assaisonner de sel. Réserver les chutes pour les recettes des garnitures

Les quenelles :

Confectionner une panade :

Faire bouillir l'eau et le beurre. Ajouter hors du feu la farine et faire dessécher à feu vif 2mm.

Ajouter également hors du feu les œufs, 1 par 1 et laisser refroidir.

Mixer les 125g de chair de truite avec la panade et le sel. Ajouter l'œuf et la crème.

Rectifier l'assaisonnement.

Poser la farce au centre du filet et le rouler pour obtenir un cylindre régulier de 6cm de diamètre avec la farce bien au centre. Entourer de plusieurs tours de papier film et maintenir avec de la ficelle à rôtir. Cuire à la vapeur 20mn et laisser refroidir. Couper 6 belles tranches de 5cm de haut.

La mayonnaise :

Confectionner une mayonnaise avec les ingrédients.

Les œufs :

Cuire les œufs 10mn à l'eau bouillante. Les rafraichir et les écaler. Les couper en 2 dans la longueur. Retirer le jaune et le mélanger à la mayonnaise. Remplir le creux du blanc avec la mayonnaise au jaune d'œufs et surmonter d'une cuillère d'œufs de truite fumés.

La tomate :

Découper un « chapeau » dans le dessus de la tomate. Evider la tomate à l'aide d'une petite cuillère. Assaisonner de sel et d'huile d'olive. Couper la chair de truite, la cébette et la pomme en petits dés. Assaisonner d'huile d'olive, sel, piment d'Espelette, et vinaigre balsamique blanc. Remplir généreusement les tomates de ce tartare et reposer le chapeau dessus.

Les tartelettes :

Découper 6 cercles de 10cm dans la pâte brisée. En chemiser 6 moules à brioche préalablement graissés. Reposer dessus un autre moule à brioche et cuire au four à 180° pendant 15mn pour obtenir une tartelette fine et dorée.

Cuire la chair de truite 3mn au four à 180°. Laisser refroidir avant de l'émietter et de la lier avec 1 cuillère de mayonnaise. Ajouter la cébette et la pomme coupée en petits dés de 3mm.

Assaisonner d'un trait de vinaigre balsamique blanc. Remplir les tartelettes avec cette rilette de truite et poser dessus 4 sifflets d'asperges vertes préalablement épluchées et glacées à blanc.

Finition et dressage :

Déposer les médaillons de truite au centre de 6 assiettes. Disposer autour les garnitures. Décorer d'un quartier de citron, d'herbes et fleurs. Servir à part le reste de la mayonnaise.