

FILET DE FÉRA SNACKÉ, RIZ VÉNÉRÉ ET ÉMULSION CHORIZO

PAR LOÏC GRILLET

POUR 6 PERSONNES :

POUR LA SAUCE :

- 250 ml de lait entier
- 500 ml de crème à la 35% de MG
- 200 gr de chorizo
- 100 ml de bouillon de volaille
- Beurre
- Paprika
- Poudre de piment
- Sel et Poivre

POUR LE POISSON :

- 6 filets de féra

POUR L'ACCOMPAGNEMENT :

- 500 gr de riz vénéré
- 1/2 brocoli
- 100 gr de fèves de soja
- 2 oignon cébette
- 100 gr de chorizo

POUR LES LÉGUMES

Mettre une casserole d'eau salée à bouillir : Mettre les fèves de soja à cuire pendant 2 minutes puis les passer les refroidir avec de l'eau et des glaçons. Tailler le brocoli en fines lamelles ainsi que l'oignon cébette.

POUR LE RIZ

Faire nacrer le riz avec les oignons dans de l'huile d'olive, puis ajouter 2 volumes d'eau et laisser cuire jusqu'à absorption de l'eau.

POUR LA SAUCE

Mettre tous les ingrédients dans la casserole avec le chorizo coupé en petits dés puis porter à ébullition. Après ébullition, mettre un couvercle sur la casserole hors du feu et laisser infuser 15 minutes. Mixer le tout, Passer au chinois la sauce et émulsionner avec un mixeur plongeant.

POUR LE POISSON

Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive, mettre les poissons côté peau, puis laisser jusqu'à coloration de la peau et ajouter une noisette

de beurre.

Retourner le poisson et retirer la poêle du feu, laissez reposer votre poisson. Voilà il est cuit.

POUR LE DRESSAGE :

Faire revenir les légumes dans du beurre, ajouter le bouillon de volaille et le chorizo préalablement coupé en dés et finir en ajoutant le riz.

Déposer le mélange riz-légumes dans l'assiette, puis déposer le poisson et la sauce émulsionnée.

Il ne vous reste plus qu'à déguster...