

SALTIMBOCCA DE LOTTE

au magret fumé

RECETTE POUR 10 PERSONNES

ÉLÉMENTS DE BASE

Lotte	1.5 kg
Sauge	QS
Magret de canard fumé	0.400 kg
Beurre	QS
Huile d'olive	QS

GALETTE DE COURGETTE

Courgettes	0,500 kg
Huile d'olive	0,12 litre
Oignon	1 pièce
Ciboule	2 pièces
Ail	1 gousse
Pain	3 tranches
Œufs	2 pièces
Feta émiettée	0.200 kg
Parmesan	0,050 kg
Origan	1 c à café
Aneth	4 c à soupe
Farine	0,050 kg

CREME DE RAIFORT

Fumet de poisson	0.30 litre
Crème liquide	0.15 litre
Raifort	3 à 4 C à soupe
Beurre	0.100 kg
Petits pois	0.100 kg

FINITION

Pousses épinard	0.100 kg
Moules	0.150 kg

PROGRESSION

1. Habiller la lotte

Lever les filets de lotte, tailler 2 à 3 escalopes par personne.

2. Monter les saltimbocca de la façon suivante. Un médaillon de lotte, une feuille de sauge, et une fine tranche de magret faire tenir avec un cure dent. Réserver au frais.

1. Préparer les galettes de courgette

Tailler les courgettes en grosses rondelles et les cuire à l'eau bouillante salée.

Faire revenir à l'huile d'olive les oignons ciselés et la ciboule. Ecraser les courgettes et y incorporer les oignons, la ciboule et l'ail.

Griller le pain, le broyer au robot coupe et l'incorporer au mélange ainsi que les œufs battus, la feta, le parmesan et origan. Assaisonner.

4. Confectionner des boulettes, les fariner légèrement, les cuire à l'huile d'olive en les retournant une ou deux fois pendant la cuisson.

5. Réaliser la crème de raifort

Faire réduire le fumet de poisson dans une sauteuse de moitié, ajouter la crème, réduire de nouveau, ajouter le raifort, puis monter au beurre, ajouter les petits pois cuits puis réserver au chaud.

6. Cuire les saltimbocca à l'huile d'olive ou au beurre clarifié.

7. Dresser le tout harmonieusement avec les pousses d'épinard et quelques moules cuites en marinière.