

FILET DE TURBOT POCHÉ, POIREAUX ET COQUES



PORTIONS : 6

HUILE : LINE

INGRÉDIENTS

Turbot en filet
6 pavés 120/130 g
Blanc de poireaux 6 pièces
Coques lavées 30/40 pièces
Amphora Line
(cuisson) 2L

Fleur de sel
Poivre du moulin
Ail 1 gousse
Citron combawa 1 quartier
Thym 1 branche
Gros sel 300 g
Beurre 30 g

1. Confectionnez 6 beaux tronçons de blanc de poireaux de 7 à 8 cm de long. Faites les cuire dans une papillote en papier aluminium avec de la fleur de sel, du poivre et une cuillère d'huile Line au four à 150° pendant 45 minutes.
2. Chauffez l'huile Line dans le four à 56°C avec l'ail, le citron combawa et le thym dans un plat sabot. Filmez pour bien infuser.
3. Passez les filets de turbot au gros sel 6 à 7 minutes puis bien les rincer. Pochez les dans l'huile Line pendant 20 minutes, puis prenez un papier absorbant pour les égoutter.
4. Ouvrez les coques à couvert avec un peu d'huile Line. Laissez environ 20 secondes puis décoquillez et déposez sur les tronçons de poireaux.
5. Gardez les jus de cuisson pour les réduire puis les monter en beurre. Chinoisez et servez.

LE PLUS

Le poisson est idéal (sole, barbu, cabillaud etc...)

LA TOUCHE DU TERROIR

Je me rends souvent à Port-la-Nouvelle pour ramener dans ma cuisine des poissons de la criée.



AMPHORA

• LE SPÉCIALISTE DES HUILES PROFESSIONNELLES •