



LOTTE EN TENUE DE SAISON ET ACIDITÉ

Ingrédients pour 2 personnes

1 filet de lotte
4 carottes de même diamètre
1 citron de Sicile
Pistil de safran
100 gr de épinards en branches
50 gr de petits pois extra frais
50 gr de capres Frantoio di San Agata d'Oneglia
20 ml de vinaigre de vin Rivesalt 2009 « La Dâme »
35 ml de vinaigre balsamico bianco BIO de Modène « villa Bisini Ganbetti »
Sel gris du moulin



Progression

Préparer les filets de lotte, saler et poivrer les deux côtés, avec le jus du citron et un filet de Vinaigre balsamique blanc de Modène. Les préparer en ballottines avec des zestes de citron.

Bien parer, bien propre !!!

Mettre à cuire dans une casserole d'eau chaude pour environ 4 à 5 minutes.

Équeuter les feuilles d'épinards et les blanchir légèrement dans l'eau bouillante salée, les sortir et les mettre immédiatement dans l'eau glacée pour stopper la cuisson et de garder la couleur. Réserver.

Écosser les petit-pois, et les mettre à cuire dans une eau bouillante salée pendant 6 à 7 minutes et stopper la cuisson comme précédemment, puis réserver.

Tailler la peau du citron en fines lamelles, sans le zeste et les confire dans une eau chaude safranée.

Sortir les lamelles et les tailler en disques avec un emporte-pièce, réserver.

Préparer les carottes, faire un taillage bien équilibré à la mandoline (2 mm épaisseur environ), et les blanchir dans l'eau bouillante vinaigrée et salée. Après cuisson les égoutter sur un papier absorbant et garder de côté pour le dressage.

Dressage

Pour l'écaillage de carottes sur le filet de lotte, deux solutions s'offrent à vous :

Vous pouvez former un écaillage à l'envers sur du papier cuisson légèrement graisser, poser délicatement le filet de lotte dessus à l'envers, puis basculer le tout sur l'assiette.

Vous pouvez également dresser une à une les écailles à la pince de dressage en direct sur le poisson.

Disposer les feuilles d'épinards délicatement dans le fond de l'assiette, arroser d'un filet de Vinaigre de vin Rivesalt directement sur celles-ci ce qui va permettre de terminer la cuisson de l'épinard. Ce vinaigre va lui apporter des notes de noix très intéressantes.

Poser le filet de lotte au centre après l'avoir légèrement saisi à la poêle, lui donner un relief plus marqué en utilisant un chalumeau de précision pour brûler les extrémités des écailles. Un tour de moulin.

Terminer le dressage avec quelques câpres, petit-pois, les disques de citron confit et un filet d'huile d'olive.



Chef Lucas MARCHANDISE
Cercle Mess – Caserne d'Aboville
7 boulevard du Colonel Barthal
86000 POITIERS