

LOTTE

RECETTE POUR 4 PERSONNES



600 g de filet de lotte
 ½ tête de chou rouge
 Gingembre, frais
 Jus de shiso rouge
 1 l de lait de coco
 1 petit piment rouge

5 feuilles de lime
 2 tiges de citronnelle
 3 limes
 Coriandre, fraîche
 Basilic thaï, frais
 Miel

Sel
 Curry pourpre
 Beurre
 Poivre

Préparation de la mousse coco

Faire bouillir le lait de coco avec le piment, les feuilles de lime, la citronnelle, la coriandre, le basilic thaï et un peu de gingembre pelé (taillé grossièrement) pendant env. 5 minutes, laisser ensuite infuser pendant 1 heure. Passer le lait au chinois et relever avec le jus de lime fraîchement pressé, un peu de zeste, du sel et du miel.

Préparation du chou rouge

Tailler le chou en fines lamelles. Assaisonner le jus de shiso avec du gingembre fraîchement râpé, du sel et un peu de miel. Ajouter le chou, laisser mariner. Assaisonner ensuite avec le curry pourpre.

Préparation de la lotte

Saler et poivrer la lotte, mettre sous vide avec un peu de beurre. Cuire à la vapeur à 70 °C pendant 10 minutes.

Niveau de cuisson

Lotte, 10 minutes | Cuisson à la vapeur 70 °C