



# Omble du lac de Zoug



## Rezept für 4

### Ingrédients

4 ombles du lac de Zoug  
d'env. 180-220 g  
chacun, sans la tête  
1 petit chou frisé,  
uniquement les feuilles  
jaunes  
1 carotte rouge  
1 carotte jaune  
80 g de beurre  
1 boule de Belp  
sel  
poivre

### Préparation du chou frisé et des carottes

Préparer le chou et le détailler en petites feuilles. Disposer sur une plaque de cuisson sans trous et saler légèrement. Placer dans l'espace de cuisson préchauffé, niveau 1, et cuire à la vapeur en suivant les indications de réglage. Retirer de l'espace de cuisson et réserver. Préparer les carottes, les couper en lamelles puis en losanges. Disposer sur une plaque de cuisson sans trous. Placer dans l'espace de cuisson préchauffé, niveau 1, et cuire à la vapeur en suivant les indications de réglage. Retirer de l'espace de cuisson et réserver.



Anrichten

## Préparation de l'omble

Saler l'omble à l'intérieur et à l'extérieur et le déposer sur une plaque de cuisson sans trous. Placer dans l'espace de cuisson préchauffé, niveau 1, et cuire à la vapeur en suivant les indications de réglage. Retirer de l'espace de cuisson et découper des filets à l'aide d'une spatule. Réserver.

## Préparation du beurre brun

Chauffer le beurre dans une casserole en remuant continuellement jusqu'à ce qu'il se colore. Passer immédiatement à travers un tamis et un filtre en papier. Réserver.

## Présentation

Mélanger les légumes et les répartir sur quatre assiettes. Placer l'omble à côté et recouvrir de beurre brun. Déposer des copeaux de boule de Belp sur le tout.

## Réglage de cuisson pour l'omble

Avec préchauffage

8 minutes | Vapeur 85 °C

## Réglage de cuisson pour le chou frisé

Avec préchauffage

5 minutes | Vapeur 85 °C

## Réglage de cuisson pour les carottes

Avec préchauffage

6 minutes | Vapeur 90 °C