



Sandre avec purée d'artichauts

Silvio Germann



Rezept für 4

Ingrédients pour la marinade

1 500 g d'eau

100 g de sucre

100 g de sel

Aneth

Persi

Poivre en grains

Graines de coriandre

Graines de fenouil

Feuilles de laurier

Ingrédients pour la beurre blanc

5 échalotes

500 ml de riesling

100 g de Noilly Prat

1 l de fond de volaille

500 ml de crème

Sel

Poivre

Estragon

Beurre

Ingrédients pour l'huile de ciboulette

300 g d'huile

100 g de ciboulette

50 g de feuilles d'épinards

Préparation de la marinade

Fileter le poisson avec un couteau bien aiguisé, retirer les arêtes et la peau. Pour la marinade, délayer le sel et le sucre dans l'eau froide, ajouter les autres ingrédients et mélanger. Faire mariner les filets de sandre nettoyés env. une heure selon leur taille.

Couper le sandre en deux au milieu. Le farcir de truffe et le refermer en utilisant de l'Activa pour le «coller». Badigeonner le sandre fermé de beurre noisette et le garnir d'artichauts taillés en fines lamelles. Envelopper le sandre de film alimentaire et le laisser reposer au réfrigérateur pendant 3 heures. Le faire cuire à la vapeur à 58 °C pendant 12 minutes jusqu'à ce qu'il devienne translucide et le passer à nouveau dans le beurre noisette.



Préparation de la beurre blanc

Faire suer les échalotes dans le beurre, mouiller avec le Noilly Prat et le riesling et laisser réduire d'un peu plus de moitié. Y verser le fond de volaille et la crème et laisser mijoter encore 30 min. Ajouter un peu d'estragon, laisser infuser, filtrer, saler et poivrer, puis mixer, avec un peu de beurre si nécessaire, jusqu'à ce que la sauce présente une belle mousse stable.

Préparation de l'huile de ciboulette

Pour l'huile à la ciboulette, mixer très fin tous les ingrédients au Thermomix à 80 °C puis poser le tout aussitôt sur un bain de glace et remuer jusqu'à ce que le mélange refroidisse. Filtrer la masse froide à travers une passoire fine, la verser dans un récipient haut et la laisser reposer (de préférence toute la nuit) jusqu'à ce que les dépôts tombent au fond. Prélever par le haut du récipient l'huile limpide de couleur verte ainsi obtenue.

Préparation du fond à l'artichaut

Eplucher les artichauts et, selon leur taille, les faire cuire 8 à 10 minutes dans la marinade. Stériliser les bocaux et faire cuire les artichauts avec la marinade.

Préparation de la purée d'artichauts

Faire revenir les échalotes dans un peu d'huile d'olive. Ajouter les artichauts et poursuivre la cuisson. Mouiller avec le Noilly Prat et terminer la cuisson. Mixer au Thermomix avec le beurre et la crème jusqu'à obtention d'une consistance lisse.

Ingrédients pour le fond à l'artichaut

500 g d'eau
250 g de vin blanc
100 g d'huile d'olive
25 g de vinaigre
25 g de sucre glace
30 g de sel
1 gousse d'ail
Thyme

Ingrédients pour la purée d'artichauts

120 g d'échalote
30 g de Noilly Prat
300 g d'artichauts cuits
80 g de beurre
30 g de crème