

QUENELLES NATURE PANÉES À LA NOISETTE *cabillaud rôti*
et mousse de lait fumé



Plat



Quenelles &
Soufflés



Nb. portions

4



Préparation

20



Cuisson

25



INGRÉDIENTS

- 6 Quenelles nature au beurre français Saint Jean
- 2 blancs d'œufs
- 100 g de chapelure
- 150 g de poudre de noisette
- 50 g de beurre
- 4 pavés de cabillaud
- 20 cl de lait
- 100 g de lard fumé
- 3 cl d'huile d'olive
- 2 branches de cerfeuil
- Sel, poivre

RECETTE

PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180°C (th. 6).
- Faire chauffer le lait avec le lard à feu moyen, jusqu'à ce qu'il bout, puis éteindre le feu et laisser infuser (il est possible de griller le lard au préalable pour un goût plus prononcé).
- Laver et effeuiller le cerfeuil.

PRÉPARATION DES quenelles

- Battre les blancs d'œufs à la fourchette, les assaisonner de sel et de poivre. Mélanger la chapelure et la poudre de noisette.
- Passer les quenelles dans le blanc d'œuf, puis dans la chapelure, de manière à les paner uniformément.
- Dans une grande poêle, faire mousser le beurre, puis colorer les quenelles sur tous les côtés. Les réserver dans un plat et les assaisonner de sel, puis les enfourmer à 180°C, pendant 5 à 10 minutes.

PRÉPARATION DU poisson

- Dans une poêle bien chaude, avec un filet d'huile d'olive, cuire les pavés de cabillaud 2 minutes sur la peau, puis les retourner et poursuivre la cuisson à feu moyen encore 3 à 4 minutes.

DRESSAGE

- Au moment de servir, filtrer le lait. A l'aide d'un bras plongeant, émulsionner le lait jusqu'à ce qu'il soit très mousseux. Laisser reposer 1 minutes.
- Dresser les quenelles panées et les pavées de cabillaud dans une assiette, puis ajouter une cuillère de mousse de lait. Décorer de feuilles de cerfeuil.