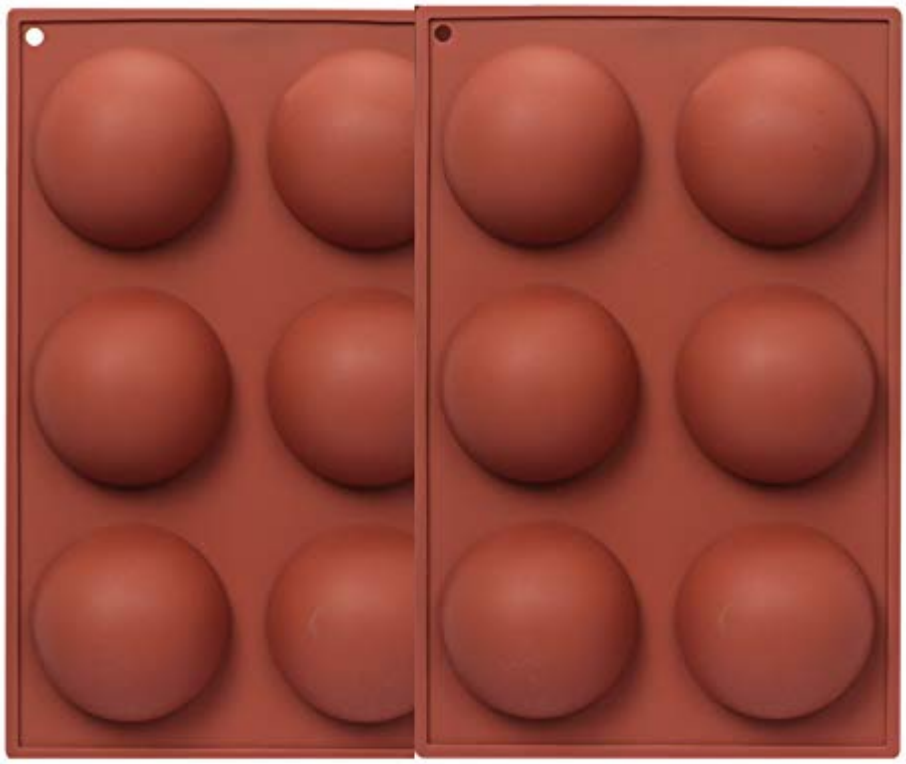
Mousseline de flétan et poivron

Encore un dernier parfum d’été avec cette jolie entrée que vous pouvez également servir en plat.

Mousseline de flétan et poivron

Matériel

- moules demi sphere anti adhésif. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



FYY 2 pièces Moules à bonbons et chocolat silicone à 6 trous en forme de demi-sphère, pour chocolats, gâteaux, gelée, pudding, fondants en silicone antiadhésif pour la cuisson de au chocolat

Ingrédients pour 8 personnes

- 50 cl de lait entier
- 50 g de beurre
- 65 g de farine tamisée
- 50 g de jaune d’œuf
- 350 g de filet de flétan
- 100 g de beurre pommade
- 3 œufs
- une cuillérée à soupe de poudre de curry
- sel et poivre

Pour la garniture et la sauce

- 3 poivrons
- 100 g d’échalote
- 4 gousses d’ail
- 50 ml de vinaigre balsamique blanc (vous en trouverez un excellent en cliquant ici)
- 200 ml de bouillon de dashi (dans les épiceries asiatiques ou cliquez ici)
- sel et poivre
- quelques feuilles de coriandre et quelques crevettes grises

Préparation

- Faites chauffer le lait et les 50 g de beurre. Quand le beurre est fondu ajoutez la farine tamisée et mélangez continuellement jusqu’à ce que le mélange épaississe. Puis hors feu ajoutez les 50 g de jaune d’œuf. Réservez.

Hors feu ajoutez les 50 g de jaune d’œuf

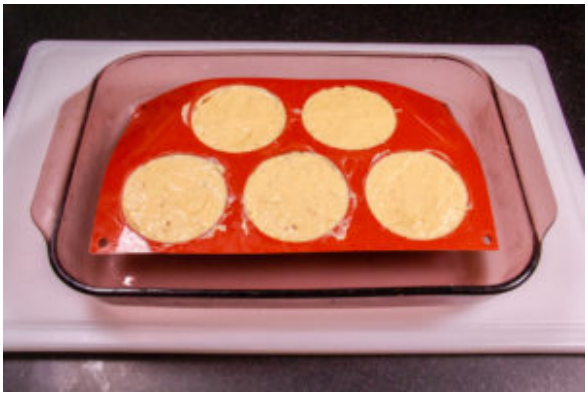
- Mixez finement le poisson avec 100 g de beurre pommade, les 3 œufs entiers et le curry.

Mixez finement le poisson

- Mélangez les deux préparations. Rectifiez l’assaisonnement en sel et poivre et curry.

Mélangez les deux préparations

- Remplissez vos moules avec la mousseline et faites cuire au bain marie au four à 180° pendant 40 minutes.



Remplissez vos moules avec la mousseline

- Pendant ce temps préparez la garniture et la sauce. Détaillez les poivrons en morceaux.

Coupez les poivrons rouges en brunoise

- Ciselez l’échalote.

Émincez finement les échalotes

- Faites revenir l’échalote avec un peu d’huile d’olive. Puis ajoutez les poivrons. En fin de cuisson déglacez avec le vinaigre. Salez et poivrez. Prélevez 200 g de poivron et réservez le reste pour le dressage.

Préparez les poivrons

- Mixez les 200 g de poivron avec 200 ml de bouillon dashi. Votre sauce est prête. Réservez.

Mixez les 200 g de poivrons avec 200 ml de bouillon dashi

- Sortez les mousselines du four et laissez-les retomber en température. Démoulez délicatement les mousselines en vous aidant d’un plat que vous poserez sur les moules et que vous retournerez d’un coup.

Démoulez délicatement les mousselines

Dressage

- Versez un peu de sauce au fond de l’assiette et posez une mousseline par -dessus. Répartissez un peu de poivrons tout autour et décorer avec des feuilles de coriandre et quelques crevettes grises.

Mousseline de flétan et poivron