

Quenelles de brochet, sauce au Pernod

Petit plat principal pour 4 personnes, entrée pour 6 personnes

- 350 g de brochet, sans peau, ni arêtes en morceaux, emballé dans une feuille transparente
- 2 blancs d'œufs frais, légèrement battus
- 1 ½ dl de crème
- 1 dl de double-crème

rafraîchir à part env. 20 min au congélateur

Purée: passer rapidement par portions les poissons et les blancs d'œufs au mixer; l'appareil ne doit pas se réchauffer (*photo 1*). Passer la masse au tamis fin dans une terrine refroidie (*photo 2*), incorporer toute la crème.

- 1 c. à soupe de jus de citron
- ½ c. à café de sel, un peu de poivre blanc
- 1 pointe de muscade

assaisonner, bien mélanger, mettre au frais

Court-bouillon

- 7 dl d'eau
- 3 dl de vin blanc
- 1 c. à soupe de jus de citron
- ¾ de c. à café de sel

porter à ébullition, réduire la chaleur

Quenelles: tremper 2 c. à soupe dans l'eau froide, mouler les quenelles, les mettre aussitôt dans le court-bouillon chaud (*photo 3*). Mettre l'appareil au frais à couvert en attendant de mouler la 2^e portion. Pocher les quenelles env. 6 min, au seuil de l'ébullition, égoutter, mettre au chaud.

Sauce au Pernod

- 1 ½ dl de liquide de cuisson
- 1 c. à soupe de Pernod
- 1 dl de crème
- 1 dl de double-crème
- un soupçon de sel et de poivre blanc
- un peu de poivre de Cayenne
- un peu de safran
- 2 jaunes d'œufs frais
- 1 c. à café de jus de citron
- 1 petite truffe noire

passer au tamis, faire réduire à 2 c. à soupe

ajouter, faire mijoter env. 5 min

assaisonner, retirer la casserole du feu

mélanger, incorporer lentement avec le fouet, laisser tout juste chauffer

couper en fines lamelles, pour garnir

Présentation: Répartir les quenelles sur la sauce dans les assiettes chaudes.

Accompagnements: riz créole, riz sauvage, nouilletes vertes.



1 Passer le brochet au mixer...



2 ...passer la masse au tamis fin



3 Façonner les quenelles

