

Mousseline au basilic, sauté de truite saumonée

Réduction

- 1 dl de vin blanc
- 1 c. à soupe de vinaigre de vin blanc
- 1 échalote, finement hachée
- 4 feuilles de basilic
- 4 grains de poivre noir, écrasés

mettre le tout dans une casserole, réduire à env. 2 c. à soupe. Filtrer dans un bol à parois minces ou dans le récipient du bain-marie, laisser refroidir

Sauce

- 2 jaunes d'œufs bien frais

ajouter, travailler env. 3 min au fouet ou au batteur électrique dans un bain-marie au seuil de l'ébullition, pour obtenir un appareil mousseux qui garde les traces du fouet

- 100 g de beurre ou de margarine froids, en morceaux

ajouter petit à petit et remuer en sauce onctueuse. Retirer le bol du bain-marie, continuer de remuer un moment

- 1 dl de crème, fouettée

- 10 feuilles de basilic, finement ciselées

selon goût sel et poivre noir

ajouter au dernier moment, mélanger

assaisonner, servir sans attendre

basilic

pour le décor

Présentation: mettre un miroir de sauce sur les assiettes chaudes, dresser le poisson dessus, décorer avec le basilic. Servir le reste de sauce dans la saucière chaude.

Pour alléger

Ajouter seulement 75 g de beurre ou de margarine et incorporer 3 c. à soupe de séré mi-gras ou de séré de lait entier au moment de servir à la sauce.

Pour aller plus vite

Mettre la réduction, les jaunes d'œufs et le beurre ou la margarine dans une casserole, travailler à petit feu au batteur électrique muni des fouets pour obtenir une sauce onctueuse.



Sauté de truite saumonée

800 g de filets de truite saumonée, sans la peau

1 c. à café de jus de citron

un peu de farine

beurre à rôtir

1/2 c. à café de sel
poivre du moulin

Rôtissage: éponger le poisson avec du papier absorbant, ôter les arêtes s'il y en a, couper en lanières d'env. 3 cm de large. Poudrer de farine et rôtir dans le beurre à rôtir chaud, env. 2 min de chaque côté, en procédant en plusieurs fois. Dresser sur le plat de service chaud, assaisonner. Le poisson peut ensuite être tenu au chaud jusqu'à env. 20 min dans le four à 60 °C.

Préparation: préchauffer le four à 60 °C, y glisser le plat de service, les assiettes et la saucière. Citronner le poisson, laisser macérer env. 5 min.