

DOS DE SANDRE DE LOIRE POÊLÉ, GIROLLES DE SOLOGNE ET CROQUANT DE NOISETTES

Ingrédients pour 4 personnes :

1 sandre de Loire d'1 kg 200
300 g de girolles de Sologne
500 g d'épinards

- pour le petit lait à l'huile de noisettes :

50 cl de petit-lait (*lactosérum*)
3 cl d'huile de noisette
5 g de pain sec au levain
10 g de crème liquide
QS sel

- pour le croquant de noisettes :

60 g de pain desséché avec sa croûte
60 g de nougatine de noisettes (*8 g d'eau, 30 g de sucre et 30 g de noisettes*)
30 g de sucre semoule
20 g de maïzena
3 g de sel
30 g de beurre fondu
1 œuf entier
4 fines et petites branches de noisetier ou
4 petits pics en bois

Vider le poisson et lever les filets. Les portionner chacun en 2 parts. Réserver au frais. Réduire le petit lait de moitié en prenant garde qu'il n'attache pas. Le mixer alors avec le reste des ingrédients. Assaisonner et réserver.

Tailler le pain en petits cubes de 1 cm de côté.

Faire chauffer le four à 140°.

Confectionner la nougatine de noisettes. Commencer par torrifier les noisettes dans le four ramené à 120° afin d'enlever leur peau marronne. Les concasser grossièrement. Dans une casserole, porter le mélange sucre et eau jusqu'à 160°. Retirer du feu et incorporer les vigoureusement noisettes concassées avec une cuillère en bois. Remettre sur le feu moyen et lorsque les noisettes sont bien enrobées de sucre caramélisé, les débarrasser sur une plaque antiadhésive. Laisser refroidir la masse et ensuite concasser au pilon de manière à obtenir des petits morceaux idem aux cubes de pain. Dans un cul de poule, rassembler la nougatine de noisettes, les cubes de pain, le sucre semoule, la maïzena, le sel et l'œuf entier. Remuer bien l'ensemble des ingrédients pour obtenir un mélange homogène. Mettre en forme dans les cônes dans lesquels aura été placée en son milieu, une fine branche de noisetier ou un pic en bois. Ne pas trop tasser pour avoir un croquant léger et aéré. Dessécher les cônes de croquants obtenus dans le four ramené à 130° durant 20 minutes, jusqu'à ce qu'ils prennent une jolie couleur brune. Laisser refroidir et réserver.

Nettoyer les girolles et les blanchir dans l'eau bouillante durant 30 secondes. Les sortir avec une écumoire et les sécher dans un linge. Réserver.

Au dernier moment, poêler les 4 dos de sandre dans un beurre de cuisson mousseux. Les arroser fréquemment et généreusement avec le beurre mousseux. Contrôler au besoin la cuisson avec une aiguille qui doit ressortir chaude au contact des lèvres.

Poêler ensuite les girolles dans un peu de beurre. Faire de même avec les épinards.

Dans chaque assiette chaude, déposer un trait de petit-lait à l'huile de noisette, un croquant, des épinards et des girolles. Finir avec le dos de sandre.

Servir sans attendre.