



PAVE DE CABILLAUD, OIGNONS AU BALSAMIQUE ETSA DENTELLE DE PDT



Pour 4 personnes:

Moyennement facile (à cause de la dentelle!)

45 mn

4 pavés de cabillaud bien épais

4 gros oignons (Roscoff, Cévennes ou plus simplement jaunes)

2 grosses pommes de terre (style pdt à purée)

4 càs de vinaigre balsamique

Quelques copeaux de jambon cru

20 g de beurre

2 càs d'huile d'olive

Sel et poivre

La "dentelle":

Préchauffer le four à 150°.

Eplucher et râper les pommes de terre, si elles sont trop humides, les sécher dans du papier absorbant avant d'étaler les filaments entre deux feuilles de papier sulfurisé et 2 plaques à pâtisseries. Mettre au four pendant 20 mn. La dentelle a une belle couleur dorée. La tailler aux ciseaux dès la sortie du four et réserver.

Le jambon cru:

Profiter de la chaleur du four pour faire dessécher les copeaux pendant 5 à 6 minutes. Réserver.

La compotée d'oignons:

Eplucher et couper les oignons en lamelles assez fines. Chauffer le beurre et un peu d'huile d'olive doucement et faire compoter les oignons jusqu'à ce qu'ils soient très tendres et fondants. Assaisonner de sel à votre convenance et verser le vinaigre balsamique en augmentant la puissance du feu pour le faire réduire pendant qu'il enrobe bien les oignons. Réserver.

Le cabillaud:

Dans une poêle bien chaude saisir le poisson d'un côté puis baisser le feu et laisser cuire un peu moins vite pendant 2 mn environ. Retourner les pavés et poursuivre la cuisson 2 ou 3 minutes de plus selon vos goûts et l'épaisseur du morceau. Saler et poivrer.

Dressage:

Disposer un lit d'oignons. poser le poisson dessus en le recouvrant d'une tuile de jambon. Poser la dentelle sur le poisson.