

Filet de bar crème et chorizo et nouilles soba



Préparation : 25 mn

Cuisson : 20 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 filets de bar avec la peau de 180-200 g

100 g de chorizo fort

200-250 g de nouilles soba

1 gros poivron rouge

1 gousse d'ail

1 petit piment fort rouge

20 cl de lait de coco

25 cl de crème liquide

50 g de beurre demi-sel

Sel

Faire cuire les nouilles soba à l'eau bouillante salée environ 6 mn (vérifier les temps de cuisson sur le paquet). Les égoutter une fois cuites et les plonger dans de l'eau glacée. Les égoutter à nouveau et réserver.

Rincer et essuyer le poivron, en retirer les graines et le couper en petits dés. Éépiner le piment et le hacher très finement. Hacher l'ail pelé, retirer la peau du chorizo et le couper en petits dés.

Dans une casserole mettre la crème liquide, le chorizo, l'ail et laisser frémir 3 mn, saler légèrement. Mixer le tout et réserver au chaud.

Dans une poêle faire chauffer le beurre et y mettre les filets de bar à cuire 3 mn par face. En même temps réchauffer doucement les nouilles dans une casserole avec le poivron, le piment et le lait de coco.

Disposer les filets de bar dans les assiettes avec les nouilles crème de coco/poivron, et napper de sauce au chorizo.

Vin conseillé : un Cassis blanc

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>