

Médailлон de lotte, crème de petits pois et morilles

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 médaillons de lotte
200 g de morilles fraîches (remplacées par 30 g de morilles séchées)
3 dl de crème fraîche
50 g d'échalote hachée
250 g de petit pois surgelés
5 cl de crème
100 g de beurre
1 c à s d'huile d'olive
pluches de persil
Sel et poivre

Réhydrater les morilles 30 mn avant de les utiliser, les égoutter et bien les rincer.

Faire suer l'échalote hachée dans 50 g de beurre, ajouter les morilles et les faire revenir 5 mn. Assaisonner.

Ajouter 3 dl de crème dans la poêle et laisser réduire jusqu'à obtention d'une sauce onctueuse. Réserver.

Cuire les petits pois à l'eau bouillante salée 3 mn environ, les rafraîchir, mixer et passer à la passoire étamine. Ajouter 50 g de beurre et 5 cl de crème. Réserver après avoir vérifié l'assaisonnement.

Poêler les médaillons de lotte que vous aurez salés et poivrés, compter environ 3 mn de chaque côté pour la cuisson (ne surtout pas trop cuire la lotte qui perdrait toute finesse).

Dresser la crème de petits pois au centre des assiettes, poser un médaillon de lotte dessus et répartir les morilles et la sauce. Décorer le médaillon avec une morille et une pluche de persil. Déguster sans attendre.

Il est évident que vous pouvez préparer la crème de petit pois et la sauce aux morilles à l'avance. Il ne vous restera, au moment du service qu'à poêler les médaillons de lotte pendant que vous les faites réchauffer. Attention de mélanger un peu la crème de petit pois pendant que vous la réchauffez, quant à la sauce aux morilles, si vous la préparez à l'avance , ne la faites pas complètement épaissir cela se fera quand vous la réchaufferez.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>