

Truite meunière, mousseline de betterave & betteraves rôties



© eatmebaby



PRÉPARATION

35 min

CUISSON

40 min



DIFFICULTÉ

facile



POUR

4 personnes



Pour la truite :

- 4 filets de truite
-
- 20g de farine
-
- 40g de beurre

Pour la mousseline :

- 400g de betteraves cuites
-
- 20cl de crème liquide entière
-
- 100g de pomme de terre
-
- 1 pincée de cumin

Pour les betteraves rôties :

- 3 betteraves jaunes
-
- 3 betteraves chiogga
-
- 2 c. à s. de miel
-
- 2 c. à s. d'huile d'olive

Pour les pickles :

- 1 betterave chiogga
-
- 20cl de vinaigre de vin blanc
-
- 2 c. à s. de sucre
-
- 2 pincées de sel

Pour la crème de raifort :

- 6 c. à s. de crème épaisse
-
- 1 c. à c. de raifort
-
- 1 c. à c. de jus de citron

Éplucher une betterave chiogga, puis, à l'aide d'une mandoline la trancher très finement.

Dans une casserole, faire chauffer le sucre et le vinaigre jusqu'à ébullition. Aux premiers bouillons, retirer du feu et verser sur les tranches de betterave.

Préchauffer le four à 200°C.

Mélanger tous les éléments de la crème de raifort ensemble, assaisonner puis réserver au frais.

Peler les betteraves puis découper en quartiers. Placer les betteraves sur la plaque du four chemisée de papier cuisson puis verser par-dessus le mélange d'huile d'olive et de miel. Saler généreusement puis enfourner pendant 30 min.

Faire bouillir une casserole d'eau salée. Faire cuire la ou les pommes de terre préalablement épluchée.

Dans un blender, mixer la betterave cuite avec la pomme de terre et le cumin puis assaisonner.

Monter en chantilly la crème liquide puis l'ajouter à la purée de betterave.

Réserver au frais.

Fariner les filets de truite puis faire cuire au beurre à la poêle en les arrosant régulièrement.

Dresser la mousseline sur l'assiette, ajouter les betteraves rôties encore chaudes, les pickles, la crème de raifort puis pour finir, les filets de truite. *

Plaimont

Partagez vos
meilleurs moments

#PLAIMONT

