

Joues de lotte en bourride

Pour 4 personnes :

Ingrédients :

24 joues de lotte
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
3 cuillères à soupe de farine
1 carotte
1 oignon
1 branche de céleri
1 blanc de poireau
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
15 cl de vin blanc
20 cl de fumet de poisson (ou 2 cuillères à café de fumet lyophilisé et 20 cl d'eau)
1 cuillère à café de poudre d'orange, recette du 12 février
1 jaune d'oeuf
1 gousse d'ail écrasée
25 cl d'huile de tournesol

Couper la carotte, le poireau, le céleri et l'oignon en brunoise très fine.

Mettre l'huile d'olive dans une sauteuse, ajouter tous les légumes, faire confire à feu doux 30 minutes. Ajouter le concentré, le vin blanc, le fumet de poisson et la poudre d'orange. Laisser mijoter 15 minutes.

Dans une poêle, faire chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive, parer les joues de lotte (on a enlevé la peau grise sur le dessus à l'aide d'un couteau) les rouler dans la farine, puis les rôtir dans la poêle. Réserver.

Monter une mayonnaise avec le jaune d'oeuf, l'ail écrasé et l'huile de tournesol.

Mettre les joues de lotte dans la sauce, cuire 15 minutes.

Au moment de servir ajouter la mayonnaise délicatement à la préparation.

Servir avec des pommes vapeur.