

LA RECETTE DE « JUSQU'À ÉBULLITION »

Marmite de sole (saint-pierre) au Noilly Prat et petits légumes



Recette pour 4 personnes

100 g de saint-pierre ou sole
50 g de carottes
50 g de céleri branche
50 g de poireau
100 g échalotes et oignons mélangés
1 dl de fond de poisson
1 dl de crème
2 dl de vin blanc
30 g de beurre (environ)
Noilly Prat à volonté



Préparation

Couper le poisson en grosses lanières.

Couper les carottes, céleri et poireau en petits cubes, et les blanchir quelques instants dans un peu d'eau chaude salée.

Émincer échalotes et oignons et les faire suer dans un peu de beurre.

Ajouter le vin et le fumet de poisson aux oignons et échalotes et cuire 10 minutes à couvert, passer les oignons.

Réduire vin et fumet jusqu'au 2/3 et ajouter environ 1 dl de crème et un morceau de beurre.

Parfumer la sauce au Noilly Prat.

Ajouter les dés de légumes dans la sauce, puis les lanières de poisson et cuire à petit feu durant 3 minutes

Rectifier l'assaisonnement, ajouter un peu de ciboulette ciselée.

Servir sur des assiettes creuses bien chaudes ; en premier le poisson, puis les légumes et la sauce.