

Spirale de truites du Vercors marinée aux herbes sauvages chaud froid à la bière du Vercors



Spirale de truites du Vercors marinée aux herbes sauvages

chaud froid à la bière du Vercors

Mon panier

- 3 truites du Vercors (ou 6 filets)
- 135 g de poireaux
- 135 g de carottes
- 14 ml de crème
- 1 œuf
- 5 g d'échalote
- Sel, poivre, sucre
- Herbes sauvages au choix (sauge, thym, fenouil,...)



Préparation : 30 minutes

Cuisson : 40 minutes



4 personnes

Sauce chaud froid

- 165 ml de bière du Vercors
- 100 ml d'eau
- 2 g de miso (concentré de sauce légumes bio)
- 10 g de fécule ou farine
- 0,65 g d'agar-agar (gélifiant végétal)



Difficile

Aux fourneaux

Laver et éplucher les carottes, laver les poireaux, éplucher les échalotes • Lever les filets de truites ; réserver 3 filets et mettre les autres à mariner au sel, poivre et herbes sauvages • Garder au frais • Couper carottes et poireaux en julienne et faire suer à feu doux • Ciseler les échalotes et les faire suer avec un peu d'huile d'olive • Hacher les 3 filets restant avec un peu de sel • Ajouter l'échalote, l'œuf et la crème • Mélanger avec les légumes • Disposer les filets marinés de façon à former des carrés • Étaler la préparation sur les filets et les rouler • Les plier dans un papier film, puis dans un papier cuisson ; refermer la papillote • Mettre au four à 120°C pendant 30 min • Laisser refroidir et trancher.

Préparer la sauce chaud froid : chauffer la bière avec le miso et l'agar-agar • Délayer la farine avec l'eau et verser dans le mélange chaud • Cuire en remuant jusqu'à épaississement.

Napper les tranches de spirale de truites de cette sauce.