TRANSGOURMET
PAPILLOTE DE LIEU JAUNE
À LA MOUTARDE ET CÂPRES,
POMMES DE TERRE À L'ANGLAISE
241-2022
LE PLAT
DU JOUR
suggestion de présentation

Les ingrédients *
(Pour 10 personnes) :

- Filet de lieu jaune sans peau 900/1200 g **(MA06013)**
- Câpres surfine 125 g
- Moutarde de Dijon 150 g
- Beurre demi-sel 45 g
- Vin blanc 20 cl
- Crème liquide 20 cl

Garniture
- Pommes de terre grenailles 2 kg
- Ciboulette 50 g
- Beurre demi-sel 50 g
- Cerfeuil* 20 g

Sel
Poivre

PAPILLOTE DE LIEU JAUNE À LA MOUTARDE ET CÂPRES,
POMMES DE TERRE À L'ANGLAISE

Préparation :
Laver et éplucher les légumes.
Hacher grossièrement les câpres, les mélanger à la moutarde puis badigeonner les pavés de lieu jaune.

Beurrer une plaque, y déposer les pavés, ajouter du vin blanc puis cuire au four 10 min à 170 °C.
Débarrasser le poisson et filtrer le jus de cuisson.

Ajouter 1 grosse cuillère de moutarde au jus puis la crème liquide. Réduire de moitié afin d'obtenir la sauce.

Garniture :
Emincer finement la ciboulette, cuire les pommes grenailles épluchées dans l'eau bouillante.

Une fois cuites, les égoutter puis ajouter du beurre et la ciboulette.

Dresser dans l'assiette en mettant dans une papillote au fond les pommes grenailles, de la sauce, le poisson avec des câpres coupées en deux et des pluches de cerfeuil.

DU PLAT DU JOUR À LA CARTE...

Ajouter des croûtons de pain de mie frits pour un côté croustillant au plat.

** Disponibilité selon région et saison*