



TRANSGOURMET

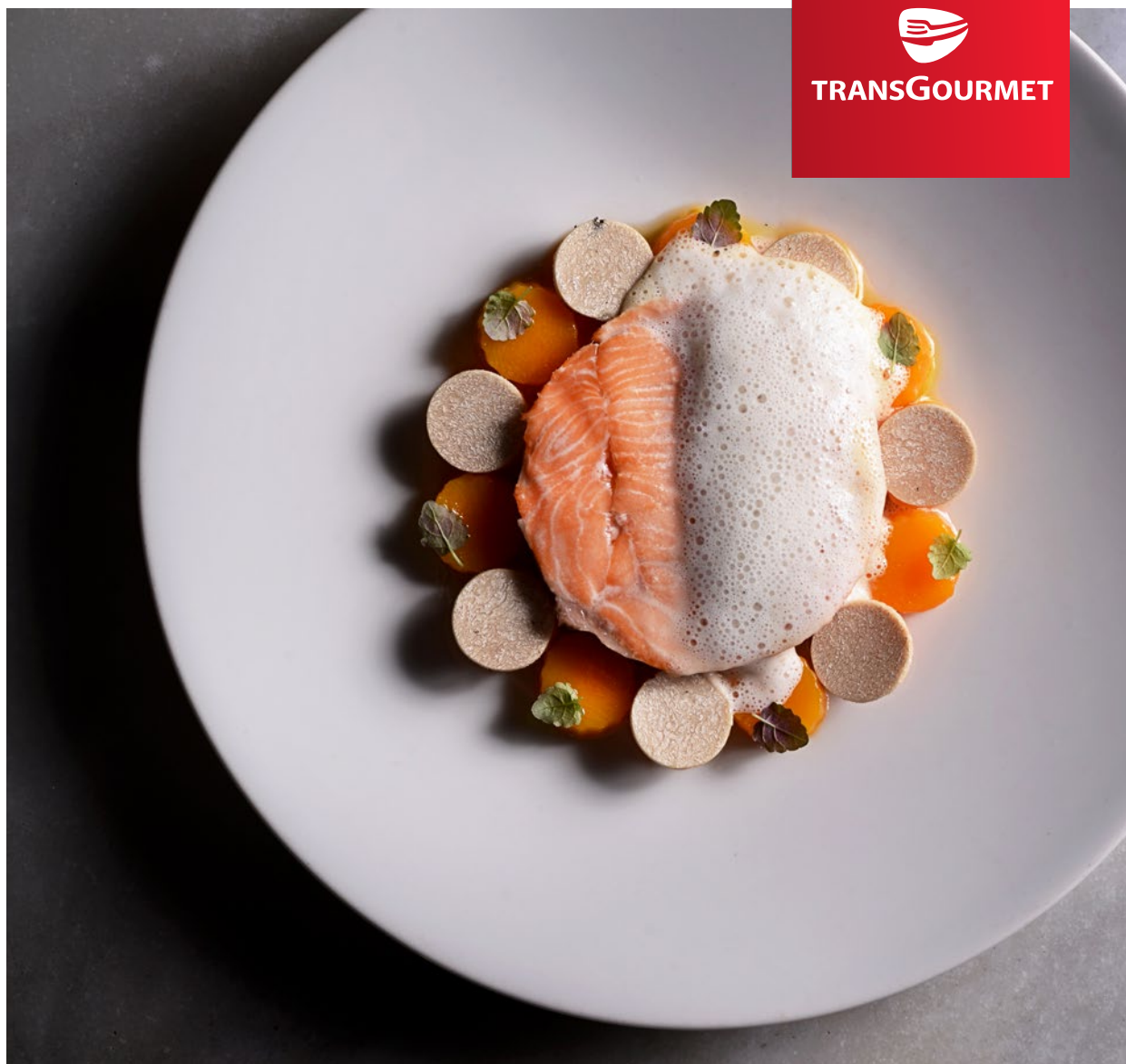
INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

La truite

- 1 filet de truite des Hauts de France
- 10 g de beurre

Palets de butternut

- 1 courge butternut
- 1 truffe Melanosporum
- 30 g de beurre blanc aux agrumes



LA TRUITE DES HAUTS DE FRANCE, COURGE BUTTERNUT ET TRUFFE

LA TRUITE DES HAUTS DE FRANCE

Retirer les arêtes des filets de Truite ainsi que la peau.

Découper en tronçon de 2 à 3 cm de largeur.

Beurrer les cercles sur un carré de papier sulfurisé puis

les garnir de façon homogène avec les tronçons de truites.

Enfermer l'ensemble dans un sac sous-vide adapté et réserver au réfrigérateur pendant une heure.

Pour la cuisson, sortir le poisson du réfrigérateur et les laisser 15 min à température ambiante.

Les cuire au four vapeur pendant 8 min à 58°C.

LES PALETS DE BUTTERNUT

Éplucher la courge butternut puis tailler des tranches dans la partie pleine de 2 cm de largeur.

À l'aide d'un emporte-pièce circulaire de 4 cm de diamètre, tailler les palets.

Garder les chutes pour réaliser une mousseline.

Cuire les palets dans un bouillon de légumes quelques minutes jusqu'à l'obtention d'une texture fondante et ferme à la fois.

LE DRESSAGE

Disposer le cercle de truite au centre de l'assiette.

Entourer la truite des palets de butternut.

Faire des fines lamelles de truffes et les disposer sur le butternut.

Mettre du beurre blanc aux agrumes pour finir le dressage.

Recette réalisée par
JEAN-FRANÇOIS TETEDOIE

Le Café Terroir
à Lyon (69)



Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgourmet.fr