

ENTRÉES SURPRISES !



Icelandair : saveurs iodées islandaises



Les saveurs iodées de l'Icelandair, restaurant de renom à REYKJAVIK, m'ont inspirées pour cette recette composée de filet de bar, de dos de cabillaud, de queues de langoustines, de dés de pommes et de carottes et de spaghetti de mer. Le tout est accompagné d'une mayonnaise aux algues vertes.

Hubert



INGRÉDIENTS

Temps : 45 minutes.
Plat pour 4 personnes.



Plat :

- 400 g de dos de bar
- 400 g de dos de cabillaud
- 8 grosses langoustines ou crevettes
- 2 belles carottes
- 1 pomme
- 240 g de spaghetti de mer frais ou congelés

Mayonnaise :

- 1 cuillère à soupe d'algues vertes en paillettes
- 1 œuf, moutarde, huile, sel, poivre de mer.

PRÉPARATION

- Cuire le filet de bar et le filet de cabillaud pendant 8 à 10 minutes, à la vapeur sur un bouillon de kombu* qui apportera un délicat fumet.
- Cuire 2 minutes à gros bouillons les langoustines. Les refroidir, les décortiquer et réserver.
- Cuire à l'autocuiseur, les spaghettis de mer dans de l'eau salée pendant 15 minutes.
- Cuire à l'eau les carottes al dente, puis les couper en petits dés.
- Peller et épépiner la pomme crue et la détailler également en petit dés.
- Faire une mayonnaise, y ajouter les paillettes d'algues vertes et une pointe de poivre de mer.

Vous pouvez remplacer la mayonnaise par un beurre aux algues.

Faire cuire 5 minutes à feu doux, 160 g de beurre, 4 cuillères à soupe de crème fraîche, 1 cuillère à soupe d'algues vertes en paillettes et un peu de jus d'un citron (selon votre goût). Rectifier l'assaisonnement à votre convenance.

Réaliser le montage sur des assiettes chaudes.

Un blanc de vouvray fait merveille avec ce plat.



* Bouillon de Kombu

INGRÉDIENTS

- 40 cm de kombu royal
- 20 cm de kombu breton
- 1 oignon, 1 carotte, 1 poireau
- Quelques feuilles de sauge (facultatif)
- 1 verre de vin blanc sec, du sel et du poivre.
- Les deux espèces de Kombu ne sont pas obligatoires

PRÉPARATION

- Mettre les algues et les légumes dans 2 litres d'une eau frémissante qui ne doit jamais bouillir.
- Ajouter le vin et laisser frémir 30 minutes.
- Assaisonner à votre convenance, puis filtrer.