

Poissons

Lotte au beurre noisette et mousseline de céleri



50 min **10 min** **40 min** **0** **389**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la lotte

600 g **Lotte(s)**
1 **Céleri-Rave**
1 **Pomme(s) de terre**
50 cl **Lait demi-écrémé**
1 branche(s) **Romarin**
0.5 **Citron(s)**
1 **Sel**
1 **Poivre**
50 g **Beurre**

Étape 1

Préparation de la purée de céleri

- 1 Peler puis couper le céleri en cubes. Plus les cubes seront petits, plus ils cuiront rapidement.
- 2 Déposer le céleri dans une casserole et le faire cuire dans un mélange lait-eau. Saler.
- 3 Ajouter une pomme de terre permettra de donner une texture plus onctueuse à la purée, une fois les légumes mixés.
- 4 Vérifier la cuisson du céleri. Si le couteau s'enfonce sans forcer, le céleri est bien cuit.
- 5 A l'aide d'une écumoire, transférer les légumes dans un blender. Verser un peu de bouillon de cuisson.
- 6 Verser le bouillon progressivement dans le blender pour éviter que la purée de céleri ne soit trop liquide.
- 7 Une fois mixée, réserver la purée de céleri au chaud.

Étape 2

Cuisson de la lotte

- 1 Il est important de cuire la lotte sur feu très doux pour

qu'elle reste tendre et juteuse.

- 2** Mettre le beurre dans une poêle sur feu moyen.
- 3** Dès que le beurre commence à crépiter et à colorer, baisser le feu et mettre la lotte à cuire.
- 4** Ajouter un filet d'huile d'olive puis retirer rapidement la poêle du feu. A l'aide d'une cuillère à soupe, arroser la lotte de beurre noisette.
- 5** Grâce à cette méthode, la lotte chauffe progressivement et le beurre n'est pas trop cuit.
- 6** Lorsque la lotte commence à être cuite, remettre la poêle sur feu très doux et couvrir.
- 7** Ajouter quelques feuilles de romarin et continuer à arroser les filets de lotte. Couvrir à nouveau pour laisser infuser.
- 8** Après 6 à 7 min de cuisson, couvrir la lotte et arrêter le feu sous la poêle. Le poisson va finir sa cuisson grâce à l'atmosphère et à la chaleur de la poêle.

Étape 3

Dressage

- 1** Verser la purée de céleri dans une assiette en formant un dôme.
- 2** Retirer la lotte de la poêle et faire réduire le jus de cuisson sur feu doux.
- 3** Déposer le morceau de lotte sur la purée de céleri.
- 4** Remuer la poêle pendant que le jus réduit pour permettre au beurre et au jus de la lotte de bien se mélanger.
- 5** Lorsque la sauce commence à avoir une belle couleur, ajouter quelques gouttes de jus de citron pour apporter un peu d'acidité. Mélanger quelques secondes.
- 6** A l'aide d'une cuillère à soupe, napper de sauce le poisson et la purée de céleri.