



« Recette du Sablé au parmesan, chantilly de saumon fumé, escabèche de Bar, Pulpe de tomate givrée pour 4 personnes »

Sablé au parmesan: 75 grs de farine, 75 grs de beurre doux, 75 grs de parmesan râpé.

Dans un récipient, mélanger la farine et le beurre doux ramolli, ajouter le parmesan râpé et pétrir. Enrouler la pâte dans un papier film et laisser reposer au réfrigérateur, 1 heure environ.

Étaler la pâte, fariner votre plan de travail pour éviter que cela ne colle.

Pour l'épaisseur, je recommande 5 mm à peu près ; découper sur une feuille papier A4 un rectangle de 3 cm de large sur 10 cm de long qui vous servira d'emporte pièce. Découper 8 rectangle (2/Pers.). Les faire cuire sur une plaque au four à 180° pendant 8 à 10 mn. Et laisser refroidir...

Chantilly de saumon fumé: 300 ml de crème liquide, 125 grs de saumon fumé, sel et poivre.

Dans une casserole porter à ébullition les 300 ml de crème liquide.

Incorporer les tranches de saumon fumé, assaisonner, laisser infuser 10 mn, ensuite mixer la préparation, la passer au chinois. Laisser refroidir; incorporer l'appareil dans un siphon (une bombe à chantilly) et laisser au moins 2 heures au réfrigérateur.

Pulpe de tomate givrée: ¼ oignon, ½ gousse D'ail, 1 branche de thym, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 grosses tomates, sel et poivre.

Ciseler l'oignon (le couper en petit dés, le plus fin possible).

Monder les tomates (les plonger 1mn dans une casserole d'eau bouillante, puis dans un bac d'eau glacée, afin de pouvoir enlever la peau facilement).

Une fois mondée, coupez les en deux et pressez les pour en retirer les pépins; hachez les grossièrement.

Dans une casserole incorporer l'huile d'olive, faites chauffer légèrement, ajouter l'oignon (faites revenir 2 à 3 mn), ajouter la gousse d'ail, le thym et les tomates hachées grossièrement, assaisonner, Laisser cuire a feu doux 10 mn.

Retirer la branche de thym, la gousse d'ail et laisser refroidir.

A l'aide d'une cuillère à soupe, étaler la concassée de tomate sur une plaque.

Former un bâtonnet de 11 cm de long, de ½ cm de large et de ½ cm de haut.

Laisser prendre au congélateur 2 heures.

Escabèche de bar: 1 bar de 400 grs à 600 grs, 1 feuille de laurier, 1 clou de girofle, 1 branche de thym, 1 gousse d'ail, le jus d'un demi citron, 150 ml d'huile d'olive, sel, poivre.

Faire la marinade; dans un récipient verser 150 ml d'huile d'olive, la gousse d'ail coupée en fines lamelles, ajouter le laurier, le clou de girofle, le thym, le citron, et assaisonner.

Lever les filets, désarêter et retirer la peau du bar.

Couper les 2 filets dans le sens de la longueur, pour obtenir 4 morceaux.

Assaisonner, badigeonner au pinceau d'huile d'olive et cuire 3 mn à la vapeur.

Laisser refroidir et mettre a mariner au réfrigérateur pendant 2 heures.

Vinaigre balsamique réduit : 100 ml de vinaigre balsamique, 10 grs de sucre en poudre (facultatif) selon l'acidité désirée...

Faites réduire dans une casserole a feu doux, jusqu'à consistance sirupeuse.

Les préparations sont enfin terminées, passons au dressage du plat!!!

Egoutter le bar de la marinade sur un papier absorbant.

Ajouter 2 cartouches de gaz dans le siphon à chantilly et secouer vivement.

Sur une assiette rectangle de préférence, disposer un bouquet de salade.
Monter en millefeuille, le rectangle de sablé au parmesan, le filet de bar, la chantilly de saumon fumé dans le sens de la longueur, et terminer par un autre sablé.

Avec 1 pipette ou 1 cuillère à café, faites 2 ou 3 traits de 10 cm de long, avec le vinaigre balsamique réduit.

Ajouter a côté un bâtonnet de pulpe de tomate givrée...

Bon appétit!!!