



303 route du Port 74290 TALLOIRES France - LAC D'ANNECY TEL 00 33 (0)450 60 72 01 FAX 00 33 (0) 450 60 73 05

<http://www.perebise.com>



reception@perebise.com

Bar de ligne, Couteau et coquillages, Purée de brocolletti

4 personnes

Particularité de la recette

Pour tous les coquillages: les laisser toute une nuit dans le noir et dans l'eau pour que le sable sorte!

Ingrédients

| | |
|----------------------|------------|
| Brocolis | 2 pièces |
| Huile d'olive | 100 gr |
| Coques | 600 gr |
| Bigorneaux | 150 gr |
| Couteaux | 15 pièces |
| Vernis | 8 pièces |
| Echalotes ciselées | 2 |
| Vin blanc | ¼ de litre |
| Beurre | 30 gr |
| Crème | 150 gr |
| Vinaigre de Xérès | |
| Aneth | 1 bouquet |
| Filet de bar sauvage | 600 gr |

Purée de Brocoli

Cuire les têtes de brocoli à l'anglaise, rafraîchir à l'eau glacée et égoutter. Mixer, réchauffer et monter à l'huile d'olive.

Couteaux et coquillages

Suer les échalotes ciselées, mouiller au vin blanc, verser les coques et couvrir. Les laisser s'ouvrir, s'égoutter, récupérer et passer le jus de cuisson. Procéder de la même façon pour les autres coquillages.

Sortir les coquillages de leurs coques.

Récupérer les couteaux pour le décor, remplir les couteaux avec tous les coquillages, en alternant les couleurs.

Sauce :

Réduire légèrement le jus des coquillages, crémer, réduire, ajouter un filet de vinaigre de xérès, tenir au chaud.

Cuisson des bars

Saler les filets de bar, les cuire dans une poêle antiadhésive.

Avec un filet d'huile d'olive, côté peau. Réaliser les ¾ de la cuisson côté peau.

Le dressage

Poser la purée de brocoli au centre de l'assiette, poser un filet de bar dessus. Poser en porte à faux les couteaux et les coquillages. Faire mousser la sauce à l'aide d'un mixer, poser de la mousse autour du bar ainsi que sur les coquillages, ajouter des pluches d'aneth.