Filets de perches LOË raidi au beurre minute citron-ail, bouillabaisse de fenouil et flocons de vitelotte

Franck Reynaud

l'Hostellerie du Pas de l'Ours
Rue du Pas de l'Ours 41, 3963 Crans-Montana

Hauptgericht

- 4 personen
- 60 min
- Moyen

INGRÉDIENTS

12 filets de perches LOË, frais, sans peau.
3 pommes de terre Vitelotte
3 dl de crème liquide 35%
¼ de litre d'huile d'olive extra-vierge
3 fenouils
4 oignons tiges rouges
1 gousse d'ail
5 cl de Pastis
¼ l. de vin blanc Fendant
1 l. de bouillon de légumes ou eau
2 g de safran de Randogne
5 graines d'anis vert
1 citron Bio

PRÉPARATION

Lever les filets de perches, saler et poivrer. Mettre au froid.
Mettre 300 g de crème liquide à 35% , fouetter jusqu'à obtention d'un beurre frais, ajouter les zestes de citron, un ½ jus et ¼ de gousse d'ail haché très fin.

Emincer le fenouil et les oignons.
Hacher une ½ gousse d'ail.
Cuire les pommes Vitelotte en robe à l'eau salée.
Faire revenir les fenouils, l'oignon et l'ail dans une cocotte avec l'huile d'olive pendant 5 min à feu doux.
Flamber au Pastis et ajouter le vin blanc, le jus d'orange et l'eau.
Après ébullition, ajouter le safran du Valais, et laisser compoter.
Quand les fenouils sont fondants, passer le jus au chinois, rectifier l'assaisonnement et ajouter dans le jus la moitié du safran.
Conserver les fenouils au chaud.

Peler les Vitelottes et tenir au chaud.
Poêler doucement les filets de perches (env. 4 min).
Dresser le fenouil, disposer les filets de perches et napper généreusement le dessus avec la « bouillabaisse » végétale, gratter et parsemer le dessus de la pomme

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE

Filets de perches LOË raidi au beurre minute citron-ail, bouillabaisse de fenouil et flocons de vitelotte

1 cc de fécule de pomme de terre pour lier la sauce
Sel – poivre noir de moulin.
Le jus de 2 oranges.
20 g de fleur de sel de mer
2 g de piment d'Espelette
Pousses de Shizo

Vitelotte à l'aide d'une micro-plane.
Décorer de pousses de shiso et de filaments de safran.
Fleur de sel et piment d'Espelette.

Bonne dégustation !

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE