

# Filets de perche LOË au beurre citronné, légumes d'automne



## Nathalie Jacoulot

La Table du Reymond  
Le Raymond 37  
2300 La Chaux-de-Fonds

Club Prosper Montagné  
Euro-Toques Suisse et France  
Club 7/7



### Plat principal

4 personnes

### INGRÉDIENTS

24 filets de perches LOË, frais  
200 g de beurre  
8 cs de jus de citron jaune  
4 cs d'huile d'olive  
Sel – poivre blanc du moulin

### Garniture

200 g de potimarron  
8 choux de Bruxelles  
8 marrons  
12 pommes de terre grenaille  
1 endive  
4 cs d'huile d'olive  
200 g de beurre  
Sel – poivre blanc du moulin

### PRÉPARATION

#### Garniture

Cuire séparément, à l'eau salée, les pommes de terre entières et les choux de Bruxelles.

Couper en dés le potimarron, les faire revenir dans l'huile d'olive et le beurre, ajouter l'endive coupée dans le sens de la longueur, les marrons, les choux de Bruxelles et les pommes de terre entières.

Saler et faire revenir le tout environ 10 min. Réserver.

Prendre une poêle, faire chauffer l'huile d'olive et le beurre.

Déposer dans le beurre les filets de perches côté peau et, lorsqu'ils obtiennent une jolie couleur, ajouter le jus de citron. Retirer du feu.

Prendre une assiette, disposer les filets de perches en éventail sur le côté et ajouter les légumes.

Poivrer le tout et servir aussitôt.

**Bonne dégustation !**

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE

