

Rouget aux petits légumes et embeurrée de topinambours



Pour 4 personnes

Vin conseillé

Un rosé de Provence servi à 10°C

- X 4 rougets de 250 gr chacun
- X 4 tranches lard fermier (pas trop épaisses)
- X 400 gr de Topinambour
- X 80 gr champignons de Paris
- X 200 gr tomate
- X 60 gr carotte
- X 100 gr courgette
- X 60 gr aubergine
- X 30 gr échalote ciselée
- X 50 gr beurre
- X 1 dl huile d'olive
- X Vinaigre de Xérès
- X 20 gr de tapenade (voir recette dans divers)
- X Basilic
- X Ciboulette
- X Sel, poivre du moulin

Préparation

Écaillez et videz les rougets par le dessus (voir leçon les poissons) en prenant soin de retirer toutes les arêtes. Lavez et essuyez-les avec un papier absorbant, réservez. Taillez la carotte, la courgette et l'aubergine en petite brunoise. Hachez l'ail, taillez les champignons en julienne très fine, ciselez l'échalote, réservez. Mondez, épépinez les tomates et coupez-les en brunoise, réservez. Dans une petite sauteuse, faites suer dans vingt grammes de beurre additionné de 5 cl d'huile d'olive l'échalote, la brunoise de carotte, la julienne de champignons et l'ail pendant environ trois à quatre minutes sans coloration. Ajoutez la brunoise de courgette, d'aubergine, de tomate et cinq belles feuilles de basilic ciselées. Assaisonnez sel, poivre et laissez cuire à couvert et à feu doux pendant deux à trois minutes, les légumes doivent rester légèrement croquant. Cuisez les topinambours à l'eau salée, puis épluchez-les. A l'aide d'une fourchette écrasez-les grossièrement et passez-les au beurre clarifié, réservez au chaud.

Cuisson

Graissez à l'huile d'olive une plaque de cuisson. Placez dessus les rougets, assaisonnez-les et badigeonnez l'intérieur de tapenade. Remplissez-les avec la préparation de légumes, tassez légèrement, arrosez avec le reste d'huile d'olive et passez au four très chaud pendant environ quatre minutes. Chauffez les tranches de lard sur une poêle sans matière grasse, réservez.

Sauce

Additionnez quelques gouttes de vinaigre de Xérès au jus de cuisson.

Présentation

Disposez un rouget par assiette, roulez une tranche de lard sur elle-même et remplissez-la avec l'embeurrée de topinambour, parsemez de ciboulette ciselée. Saucez légèrement l'assiette, puis disposez quelques branches de fenouil en décor. Servez chaud.

Philippe Cadiou
www.philcad.com