Merlu aux poireaux confits sauce roquefort

- Pour : 6 personnes
- Durée : 30 minutes
- Difficulté *

Ingrédients :

- - 8 poireaux
- - 800 grammes de merlu (si possible en filet)
- - 5 cl de vin blanc sec
- - 20 cl de bouillon
- - 1 cuil à soupe de basilic
- - 60 g de beurre
- - 30 g de farine
- - 1 cuil à soupe d'huile d'olive
- - 3 cuil à soupe de crème fraîche
- - 1 cuil à café de paprika (ou piment d'Espelette)
- - 1 cuiller à soupe de sucre (ou de miel de l'AMAP, encore mieux)
- - 60 g de roquefort
- - sel
- - poivre

Déroulement de la recette :

- Nettoyer et couper les poireaux en rondelles (ne pas garder les verts).
- Dans une sauteuse, mettre les poireaux avec 20 g de beurre, le sucre, et 1 verre d'eau.
- Laisser confire 20 minutes en remuant.
- Pour la sauce:
- Dans une casserole faire fondre 20 g de beurre.
- Ajouter 20 g de farine et remuer 1 minute.
- En remuant, verser le bouillon, le vin blanc et porter à ébullition.
- Hors du feu, mélanger avec la crème fraîche et le roquefort émietté.
- Par ailleurs, fariner les filets de merlu.
- Saler, poivrer.
- Les faire cuire à la poêle, dans l'huile, pendant 2 à 3 minutes de chaque coté.
- Ciseler le basilic, l'ajouter à la fondue de poireaux et la verser dans un plat.
- Déposer sur le dessus, les filets de merlu.
- Napper de sauce et saupoudrer de paprika.

*Note : la recette originale était avec du cabillaud, poisson proche, sur le site **meilleur du chef,** je ne l'ai pas encore essayée mais faut bien commencer par une recette !!!*

studioquattro.biz

haffe-design.biz

icsrmc.org

4football.com.ua

Phoca PDF

Merlu aux poireaux confits sauce roquefort

www.mexes.com.ua

www.stuloff.com.ua/

www.honda.ua/

docservis.com.ua

Phoca PDF