

DOS DE CABILLAUD À LA TANAISIE



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
bouillon de volaille ou de légumes maison	150 ml (crème à la tanaisie)
belle échalotte finement hachée	1 (crème à la tanaisie)
Vin blanc	50 ml (crème à la tanaisie)
crème fraîche	250 ml (crème à la tanaisie)
Tanaisie	5 gr (crème à la tanaisie)
sel et poivre	(crème à la tanaisie)
Beurre	(crème à la tanaisie)
betteraves	8 (cruées)
pommes de terres à chair ferme	8 (pelées)
pleurotes ou autre champignons	400 gr (grossièrement haché)
dos de cabillaud	560 gr
Huile d'olive	
beurre	

Préparation

1. Faire un bouillon de volaille ou de légumes maison, réserver

2. Cuire les betteraves 1h dans de l'eau bouillante , piquer dans la betterave à l'aide d'un couteau pour vérifier si elle est cuite , la réserver, la peler lorsqu'elle est refroidie et la plonger dans l'eau de cuisson pour la maintenir au chaud en laissant bien la casserole hors du point de cuisson

3. Faire infuser la tanaïs dans la crème en la chauffant doucement, saler, poivrer, une fois le goût obtenu, ôter la tanaïs de la crème pour éviter l'amertume
-

4. Faire suer l'échalote, déglacer au vin blanc et laisser le vin s'évaporer, mouiller avec le bouillon et réduire à sec. Crémier avec la crème à la tanaïs, chauffer doucement, saler, poivrer, vérifier l'assaisonnement, réserver la crème.
-

5. Cuire les pommes de terre dans de l'eau bouillante salée durant 20 min, piquer dedans pour voir si elles sont cuites, les réserver en les gardant au chaud dans l'eau de cuisson hors du feu.
-

6. Poiler les pleurotes dans du beurre coloré, saler, poivrer, réserver
-

7. Cuire le dos de cabillaud dans un mélange de beurre et d'huile bien chaude, le cuire côté peau contre la poêle, saler, poivrer, le napper régulièrement avec le mélange beurre huile d'olive et ce durant plus ou moins 5 min. Il est prêt lorsqu'il a une belle couleur nacrée.
-

8. Faire le dressage en mettant la sauce dans le fond de l'assiette et le reste des ingrédients comme bon vous semble. Décorer avec une feuille de tanaïs et passez un tour de moulin de poivre.
-