



Filet de cabillaud, purée de potimarron et beurre d'agrumes



Panier pour 4 personnes

4 filets de cabillaud de 150 g

200 g de potimarron

1 oignon rouge

1 orange

1 citron vert

1 citron

20 g de gingembre

100 g de beurre

Fleur de sel / poivre du moulin



Recette :

Eplucher le potimarron et l'oignon.

Les tailler en dés de 1 cm de côté, faire chauffer une casserole y ajouter 20g de beurre, faire suer l'oignon 5 mn, ajouter le potimarron en dés mouiller à l'eau a hauteur, saler, et laissé cuire 35 mn environ.

Presser les citrons, l'orange, éplucher et hacher le gingembre et mettre le tout dans une casserole, faire réduire de moitié, et hors du feu incorporer le beurre en petits morceaux, mixer, passer, assaisonner et réserver au chaud.

Assaisonner les filets de cabillaud préalablement désarêter et parer.

Les mettre dans un plat avec une goutte d'eau et un filet d'huile olive cuire au four à couvert 9 mn à 160°C. Egoutter le potimarron, garder un peu de jus de cuisson, mixer pour obtenir une purée bien lisse, rectifier l'onctuosité.

Dressage :

Déposer 2 quenelles de purée de potimarron, mettre le cabillaud à coté, une belle cuillère de beurre d'agrumes, un peu de fleur de sel.

L'astuce du chef :

Une pointe de curry dans la purée, et server avec un vovray sec !!!

Bonne dégustation !!!!!