

Filet de poisson et son mille-feuille de céleri-rave

Pour 4 personnes :

- 4 filets de poisson, - boule de Mozzarella
- 700 gr de céleri-rave, - 250 ml de lait écrémé
- 1 c à c de curcuma moulu - Sel de Guérande
- Poivre du moulin aux 5 baies - 2 betteraves rouges cuites
- 10 cl de fond de veau - 1 c à s de vinaigre balsamique
- Huile d'olive

1. Mille-feuille : Épluchez le céleri, en tailler une partie en 16 tranches fines, Taillez le reste en dès et les mettre à cuire avec le lait, le curcuma, sel et poivre. Passez le tout au « blinder » avec la boule de Mozzarella afin d'obtenir une purée onctueuse et réservez au chaud. Dans une poêle saisir avec un peu d'huile d'olives, les tranches de céleri-rave pendant 3 mn de chaque coté environ, en surveillant la cuisson. Les poser sur du papier absorbant pour éliminer l'excès de graisse. Réservez au chaud.
2. La sauce : Dans une casserole, chauffez le fond de veau, ajoutez les betteraves en morceaux, 1 c à s d'huile d'olives, le vinaigre balsamique et faire frémir. Passez le tout au « blinder » et rectifiez l'assaisonnement.
3. Le poisson : Poêlez les filets de chaque cotés pendant 3 mn avec un peu d'huile d'olives, salez, poivrez, (on peut aussi cuire le poisson au four ou à la vapeur, suivant le poisson choisi).
4. Dressage : Étalez sur le fond de l'assiette, un filet de sauce à la betterave, montez le mille-feuille en alternant 4 tranches de céleri et la purée, déposez au centre de l'assiette votre filet de poisson.

« (Filet de lieu noir : de la famille du Cabillaud, peu onéreux et d'un gout fin et agréable, mais sa chair se défait facilement, il est préférable de le cuire au four. Pêché en quantités raisonnables, c'est un poisson peu menacé que l'on peu consommer sans crainte) ».

