

Le rouget, crème de cocos de Paimpol et anchois



Le rouget, crème de cocos de Paimpol et anchois, une recette proposée par Nicolas Conraux, La Butte à Plouider (29).

Ingrédients :

4 pavés de rouget de 130g
500g de cocos de Paimpol + garniture
10 filets d'anchois
1/2l de crème
20g de beurre
10 pétales de tomates confites
Sel
poivre
1/2 botte de ciboulette

Réalisation :

Ecosser les cocos de Paimpol, les mettre dans une casserole et mouiller à eau froide, faire bouillir une première fois, les égoutter et les refroidir.

Les remettre dans la casserole avec la garniture aromatique et les cuire doucement. En garder 100g de côté.

Faire chauffer la crème et mixer avec les cocos restant et les anchois jusqu'à obtention d'une crème lisse onctueuse, passer au tamis pour enlever les restant de petite peau. Assaisonner.

Couper en brunoise les tomates confites et ciseler la ciboulette.

Poêler les pavés de rouget dans le beurre moussant et faire chauffer les cocos avec les tomates confites et ajouter au dernier moment la ciboulette.

Dresser.

Le conseil du chef Nicolas Conraux :

Il est préférable de conserver les cocos de Paimpol dans leur jus de cuisson pour éviter qu'ils ne dessèchent.

Il faut ensuite les réchauffer dans leur eau de cuisson, les égoutter et ajouter les tomates et la ciboulette au tout dernier moment.

LA BUTTE

Hôtel Spa**** - Restaurant*

12 Rue de la Mer,

29260 Plouider

02 98 25 40 54

www.labutte.fr/