



Lieu jaune, champignons de paris, beurre blanc aux cèpes, navets et épinards

Greg Marchand propose une recette autour Lieu jaune, champignons de paris, beurre blanc aux cèpes, navets et épinards, issue de son nouveau livre « Frenchie », paru aux Editions Ducasse. Cet ouvrage décline sa cuisine Frenchie en 75

recettes imaginées entre Londres, New York et Paris, les trois villes qui ont façonné son identité culinaire.



Lieu jaune, champignons de paris, beurre blanc aux cèpes, navets et épinards

Ingrédients pour 4 personnes

Préparation : 1H

Cuisson : 10 min

Repos : 30 min

LIEU JAUNE

600 g de filet de lieu jaune avec la peau

Huile d'olive

Sel

Poivre

BEURRE BLANC AUX CEPES

40 g de cèpes séchés

100 g d'eau

2 échalotes pelées et ciselées

100 g de vermouth

20 g de crème liquide

180 g de beurre

25 g de jus de citron vert

3 g de Tabasco®

NAVETS VAPEUR

8 navets

Huile d'olive

Poivre noir

POUDRE DE CHAMPIGNON

30 g de cèpes séchés

TOMBEE D'EPINARDS

12 belles feuilles d'épinards

3 g d'huile d'olive

DRESSAGE ET FINITIONS

1 cèpe frais

4 petits oignons blancs marinés

Pour 10 personnes

Préparation : 5 min

Cuisson : 2 min

10 petits oignons blancs

150 g de marinade au vinaigre balsamique blanc

Pour 800 ml de marinade

Préparation : 5 min

Cuisson : 5 min

500 g de vinaigre balsamique blanc

250 g de sucre

75g de sel

Faites bouillir le vinaigre, le sucre et le sel dans une casserole. Laissez refroidir et réservez.

Epluchez les petits oignons blancs en les gardant entiers. Mettez-les dans une petite casserole et recouvrez-les de marinade au vinaigre balsamique blanc froide. Portez à ébullition et faites mijoter pendant 2 min. Transférez dans un autre récipient en veillant à ce que les oignons restent recouverts de marinade et faites refroidir rapidement sur glace.



PRÉPARATION

LIEU JAUNE

Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Coupez le filet de poisson en deux dans l'épaisseur. Faites chauffer une poêle avec de l'huile végétale, jusqu'à ce qu'elle fume presque. Assaisonnez le côté peau et placez les filets de poisson, peau vers le bas, dans l'huile chaude. En faisant attention à ne pas vous brûler, arrosez le

poisson avec l'huile chaude. Retirez délicatement le lieu jaune de la poêle à l'aide d'une spatule, déposez-le sur une plaque recouverte de papier cuisson puis enfournez pour 3 min. Laissez reposer 2 min puis détaillez-le en 4 morceaux à l'aide d'un couteau aiguisé. Assaisonnez avec de l'huile d'olive et de la fleur de sel.

BEURRE BLANC AUX CEPES

Placez les champignons séchés dans un cul-de-poule. Portez l'eau à ébullition et versez-la sur les champignons, couvrez et laissez tremper pendant 30 min. Pendant ce temps, faites réduire les échalotes et le vermouth dans une casserole. Portez à frémissement puis ajoutez le bouillon de champignon. Portez de nouveau à frémissement, passez au chinois. Pressez bien tout le jus des champignons à l'aide d'une louche, et faites réduire de nouveau. Ajoutez la crème, faites chauffer jusqu'à ébullition, puis ajoutez peu à peu le beurre en mélangeant bien. Ajoutez le jus de citron et le Tabasco® et réservez au chaud.

NAVETS VAPEUR

Emplissez d'eau un cuit-vapeur et faites chauffer. Ajoutez les navets et laissez cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Assaisonnez d'huile d'olive et de poivre. Réservez au chaud dans un plat.

POUDRE DE CHAMPIGNON

Mixez les champignons en vitesse forte dans la cuve d'un blender jusqu'à l'obtention d'une poudre fine.

TOMBEE D'EPINARDS

Préchauffez le gril du four.

Lavez les épinards et lustrez-les à l'huile d'olive. Passez-les 30 s à 1 min sous le gril du four pour les réchauffer. Salez à la fleur de sel.

DRESSAGE ET FINITIONS

Tranchez finement le cèpe frais à l'aide d'une mandoline. Parsemez ces tranches de poudre de champignon. Déposez un morceau de lieu jaune dans l'assiette, avec 2 navets et quelques feuilles d'épinards.

Sortez les oignons de leur marinade et brûlez-en les extrémités à l'aide d'un chalumeau. Déposez-les à côté du poisson. Arrosez le lieu jaune de beurre blanc et servez chaud.

Le beurre blanc, aussi appelé beurre nantais, a pour origine un restaurant des

bords de Loire dans la commune de Saint-Julien-de-Concelles, ou j'ai passé quelques années pendant mon enfance. On le retrouve souvent dans ma cuisine. J'aime le côté riche et acide de cette sauce qui se marie super bien ici avec le cèpe.

Livre de recettes Frenchie, de Greg Marchand

Ducassee Edition

224 pages

35 €

Frenchie Paris

5 rue du Nil

75002 PARIS

www.frenchie-restaurant.com