

**Pavé de silure de Loire rôti au riz
vénééré, mirepoix de légumes,
bisque d'écrevisses**



Audrey Terrisse

Pavé de silure de Loire rôti au riz vénéré,

mirepoix de légumes, bisque d'écrevisses, une recette proposée par Florent Martin du restaurant Au Martin Bleu à Tours (37).

☒ Ingrédients pour 4 personnes :

- 4 filets de silure de 180 g
- 150 g de riz vénéré
- 1 carotte
- 2 navets
- Bouquet garni
- 1 kg d'écrevisses
- 3 noisettes de beurre
- Vin blanc
- Cerfeuil
- Epices Rabelais
- Poivre et sel



le chef Florent Martin crédit photo G. Pudlowski

Procédure

- Lever les filets de silure et les dégraisser. Couper des pavés d'environ 180 g. Saler et poivrer, soupoudrer d'épices Rabelais et maintenir au frais.
 - Faire cuire le riz vénéré environ ½ heure dans de l'eau bien salée. Ajouter les carottes et navets en petits dés avant la fin de la cuisson.
 - Faire une garniture aromatique, mettre le tout à suer dans un rondau plat, y ajouter les écrevisses préalablement écrasées, singer et mouiller vin blanc et eau laisser réduire doucement pour épaissir, mettre 2 ou 3 noisettes de beurre et monter légèrement.
 - Faire cuire le pavé de silure pendant 7 mn au four à 180°C et tenir au chaud.
 - Dans une assiette plate, placer le riz au milieu en rond avec le silure au-dessus. Verser autour la sauce chaude et servir les convives dans la lancée. Mettre quelques pluches de cerfeuil sur le poisson.
- Vin conseillé : un chenin sec, le Montlouis de chez Pascal Berthelot.

Au Martin Bleu

34 avenue de Grammont

37000 Tours

Tél : 02.47.66.79.33

www.aumartinbleu.com

RELIRE

La Loire et ses trésors dans l'assiette au Martin Bleu