

Sole poêlée meunière, beurre moussoux aux pistaches éclatées

Pour 4 personnes

Ingrédients :

Sole :

4 p de sole portion pelées et ébarbées
50g de beurre fondu
1 dl de fumet de poisson
20 gr de citron confit
Sel fin, poivre du moulin

Garniture :

16 p de pommes de terre charlotte ou rosa
4 branches de céleri
1 dl de fond blanc
25 gr de beurre frais
Sel, poivre du moulin

Finition :

100 gr de beurre frais
100g de pistaches grillées en coque
¼ botte de persil plat
½ jus de citron

Préparation :

L'idée de départ est la sole meunière, servie ici avec des pistaches éclatées au lieu d'amandes. La sole pourra également être précuite sous vide et ce afin d'en garder le fondant et d'optimiser la mise en place.

Nettoyer et parer les soles ; assaisonner et poêler vivement pour bien colorer chaque côté. Débarrasser et bloquer la cuisson en cellule.

Mettre sous vide avec un peu de fumet, de beurre et de citron confit.

Cuire au four vapeur T° 66°C pour arriver à 48°C à cœur. Refroidir sous glace et réserver.

Cuire le céleri branche sous vide avec fond blanc, beurre frais et assaisonnement.

Cuire les pommes de terre à l'anglaise.

La finition de la sole, une fois sortie du sac sous vide, se fait dans un beurre moussoux avec quelques pistaches éclatées sans la surcuire.

Une fois dressée avec les céleris enroulés dans du beurre et les pommes à l'anglaise, déglacer la poêle avec du jus de citron et ajouter du persil ciselé. Napper la sole de cette sauce.