

Aile de raie moutardée au concombre et à l'aneth

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 portions d'ailes de raie de 200 g (entièrement pelées)
500 g de concombre
250 g de tomates
1 branche d'aneth
0,5 dl de vin blanc
0,5 dl de fumet de poisson
1 échalote
0,5 dl de crème à 35 %
50 g de beurre
1 trait de vinaigre de vin blanc
Sel et poivre
Graines de moutarde que j'ai rajoutées

Beurre moutardé :

75 g de beurre ramolli
30 g de moutarde forte de Dijon
1/2 jus de citron
Poivre de Cayenne
Sel et poivre

Préparer le beurre moutardé en mixant tous les ingrédients. Saler et poivrer les ailes de raie et les badigeonner de 40 g de beurre moutardé. Les réserver au frais recouvertes d'un papier film.

Peler le concombre et former des mini-boules avec une cuillère parisienne petit format. (si vous n'avez pas de cuillère parisienne faire des petits dés de 4 mn environ). Blanchir les boules ou les dés 1 mn à l'eau bouillante salée et les rafraîchir. Réserver.

Peler les tomates et faire soit des petits dés dans la chair soit des mini-boules. Les réserver au frais.

Préparer la sauce : faire suer jusqu'à ce qu'elle soit translucide, l'échalote finement hachées dans 10 g de beurre. Mouiller alors avec le vin blanc et le fumet de poisson et faire réduire de moitié. Filtrer le tout pour retirer l'échalote dans une passoire fine et ajouter la crème. Faire bouillir 30 s et garder en attente.

Au moment du service, réchauffer les billes de concombre dans 20 g de beurre, ajouter les tomates et assaisonner.

Réchauffer la sauce et la lier avec 60 g de beurre moutardé incorporé à feu doux en fouettant. Rectifier l'assaisonnement et ajouter un trait de vinaigre de vin blanc pour relever le tout. Ajouter des graines de moutarde.

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive avec 20 g de beurre et poêler les ailes de raie 1 mn environ de chaque côté. Dresser les ailes de raie sur les assiettes de service, entourer d'un cordon de sauce, répartir le mélange concombre et tomate et parsemer de pluches d'aneth. Servir sans attendre.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>