

Filets de merlan, écailles de Saint-Jacques au Pomerol

Préparation : 30 mn

Cuisson : 5 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

2 merlans de 500 g environ (faire lever les filets par le poissonnier)

8 noix de Saint-Jacques (en prévoir plus suivant la taille des filets de merlan)

10 cl de fumet de poisson

2 échalotes

1 brindille de thym

25 cl de Pomerol

100 ml de fond de veau

100 g de beurre

1 citron

2 tomates

Ciboulette

Sel et poivre du moulin

Retirer soigneusement les petites arêtes des filets de merlan. Mettre ces filets sur une plaque beurrée allant au four (avec des rebords) ou un plat pouvant aller sur le feu et au four. Assaisonner de sel et de poivre. Couper les Saint-Jacques en fines lamelles et disposer ces lamelles sur les filets de merlan en les intercalant pour former des écailles de poisson. Mouiller avec le fumet de poisson, faire prendre ébullition et continuer la cuisson 3 à 4 mn au four à 180°.

Couper les tomates épépinées en dés.

Préparation de la sauce : dans une casserole mettre les échalotes ciselées et le thym, mouiller avec le vin rouge et réduire par ébullition des 3/4. Ajouter le fond de veau et le fumet de poisson ayant servi à la cuisson des filets de merlan et réduire de moitié. Hors du feu ajouter le beurre froid coupé en dés tout en fouettant. Rectifier l'assaisonnement, ajouter un filet de jus de citron et passer au chinois ou à la passoire étamine. Verser la sauce bien chaude autour des filets de merlan disposés sur les assiettes de présentation, décorer avec les dés de tomates et la ciboulette.

Il faut commencer la sauce avant de mettre le poisson à cuire et j'avoue que j'ai mis du fumet de poisson qui n'avait pas servi à la cuisson des merlans pour pouvoir avoir ma sauce bien chaude quand j'ai sorti les filets du four car autrement ils auraient refroidi.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>