



# TURBOT DANS SON HABITAT

DIFFICULTÉ: MOYENNE · TEMPS DE CUISSON: 35 MIN · INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1 TURBOT DE 1,5 À 2 KG
- 16 PALOURDES
- 2 BOTTES DE BLETTES
- 2 BOTTES D'AILLET
- 1 POT D'OEUF DE TRUITE
- 1 PAIN CRU CONGELÉ
- 2 TOMATES, PELÉES ET ÉPÉPINÉES
- PAPRIKA
- HUILE D'OLIVE EXTRA VIERGE
- SEL DE MALDON
- PERSIL FRAIS
- GERMES D'OIGNON

**MIE DE PAIN:** couper le pain congelé en tranches d'un demi centimètre, retirer la croûte et le couper en petits dés. Dans une poêle le faire dorer en ajoutant du paprika et du persil en fin de cuisson après avoir éteint le feu.

**LE COURT-BOUILLON:** pour préparer le court-bouillon faire bouillir les arêtes du turbot en 3 litres d'eau pendant 20 min. Le passer ensuite dans un autre faitout et mener à ébullition. Faire blanchir les feuilles de blettes dans ce court-bouillon pendant 4 minutes, sans les tiges. Les passer ensuite sous l'eau froide pour les refroidir et les égoutter.

**LES BLETTES ET L'AILLET:** hacher l'aillet et les blettes et faire sauter le tout à feu vif pendant 5 minutes. Ajouter du sel à son goût.

**LE TURBOT:** enrouler et fermer les filets de turbots avec des cure-dents. Puis les faire blanchir dans le court-bouillon pendant 4 minutes. Les mettre sur un plateau en métal, et arroser d'huile les mettre ensuite au four à 190° C pendant 10 minutes.

**LES PALOURDES:** pour la préparation des palourdes, peler les tomates, les couper en petits dés et émincer l'ail. Dans une poêle faire dorer l'ail et ajouter les tomates. Faire sauter pendant 5 minutes et quand cela commence à ramollir ajouter les palourdes et ½ tasse de bouillon de turbot. Couvrir et laisser mijoter à feu moyen jusqu'à ce que les palourdes s'ouvrent.

**MONTAGE ET PRÉSENTATION:** placer une feuille entière de blette sur le plat. Placer dessus une filet de turbot avec la peau vers le haut et saupoudrer de chapelure et de paprika. Placer les blettes, l'aillet et les palourdes et autour du rouleau de turbot ou les répartir sur le plat. Ajouter les oeufs de truites et de germes d'oignon pour donner de la couleur et du volume à la présentation.