

Chinchard cru, crème vichyssoise



INGRÉDIENTS

POUR 4 PERSONNES

- 1 filet de chinchard (120 g)
- 300 g de pommes de terre
- 150 g de poireau
- 50 g de quinoa rouge
- 50 cl de lait entier
- 100 g de beurre demi-sel
- 200 g de crème fraîche 35 %
- 100 g de lait
- 2 g de fleurs de coriandre
- 1 pincée de fleur de sel

– LA CRÈME :

- Tailler les pommes de terre en rondelles et émincer le poireau (garder de côté une tige de poireau et une pomme de terre pour la suite).
- Chauffer le beurre dans une casserole, Faire suer le poireau avec les pommes de terre pendant 5 minutes, puis ajouter tout le lait.
- Faire cuire à feu doux pendant 30 minutes.
- Mixer puis passer au chinois (fin) dans un bain-marie froid (base de la vichyssoise).
- Ajouter la crème et le lait de la cuisson qui précède, puis laisser refroidir au frigo.



Source : lefooding.com

DURÉE TOTALE : 1H26

– LE CHINCHARD ET LE QUINOA :

- Couper les filets en cube.
- Couper la tige de poireau en rondelles et faites-la cuire à la vapeur à 119 degrés pendant 10 minutes. Passer au chalumeau pour griller.
- Couper la pomme de terre à la mandoline et faites-la cuire à la vapeur pendant 10 minutes.
- Blanchir le quinoa pendant 5 minutes et l'égoutter le au maximum puis faites-le frire pendant 3 minutes.

– DRESSAGE :

- Verser une louche et demie de crème vichyssoise, puis disposer quelques cubes de chinchard cru, des rondelles de pommes de terre et deux rondelles de poireau passées au chalumeau.
- Terminer la présentation avec de la coriandre, des grains de quinoa frits et un peu de fleur de sel.

Recette proposée par Katsuaki Okiyama, chef d'Abri à Paris

