

C'est fait dans le Gers

Dos de cabillaud rôti croute viennoise à l'ail noir biologique de L'Etuverie risotto crémeux

Par de Thierry Lair, Chef de l'Echappée belle à L'Isle Jourdain.

Ingrédients [pour 4 personnes]

- 4 morceaux de cabillaud de 140g environ /pers
- 200g de riz arborio ou carnaroli
- 2 échalotes
- 1 blanc de poireau
- 100g de beurre
- 100g de poudre d'amande
- 100g de chapelure
- 50g d'ail noir
- 1 verre de vin blanc du Gers de préférence
- 200g de crème liquide
- 100g de parmesan râpé
- Du fumet de poisson
- Du sel et poivre
- Herbes fraîches



La viennoise :

Mixer le beurre avec l'ail noir, ajouter la chapelure et la poudre d'amande, assaisonner.

Etaler la préparation entre deux feuilles de papier sulfurisé, la faire prendre au réfrigérateur, puis tailler des rectangles de la même taille que celle des morceaux de cabillaud.

Le risotto :

Ciseler les échalotes et le blanc de poireau, les faire suer puis ajouter le riz, le faire nacrer, ajouter le vin blanc, faire réduire à sec, puis mouiller petit à petit avec le fumet de poisson jusqu'à que le risotto soit presque cuit, y ajouter la crème liquide, lier le risotto avec le parmesan et ajouter des herbes fraîches hachées.

Le cabillaud :

Assaisonner les morceaux de cabillaud, marquer les filets d'un côté dans une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive. Sortir les filets de la poêle et les mettre dans un plat qui passe au four le côté coloré en bas. Sur le côté encore cru, poser un rectangle de viennoise, puis cuire dans un four chaud à 140 degrés pendant environ 7 minutes.

Un site **gers.fr**
LE DÉPARTEMENT



C'est fait dans le Gers est une initiative du Conseil départemental du Gers

81 route de Pessan
BP 20569
32002 Auch Cedex 9