

Cabillaud à la sauce de moutarde

- 4 darnes de cabillaud
- 3 belles échalotes
- 25cl de crème fraîche
- Moutarde (1 cuillère à soupe)
- Sel
- Poivre

Préchauffer le four à 180 °C.

Déposez dans un plat un nid d'échalotes finement coupées, puis recouvrir avec les darnes de poisson disposées bien à plat, salez, poivrez.

Mélanger dans un bol 25 cl de crème fraîche et la moutarde : 1 cuillère à soupe de moutarde pour 3 cuillères à soupe de crème fraîche.

Recouvrir le poisson de cette crème obtenue et mettre au four (préchauffé à 180 °C) pendant 20 minutes.

Bon Appétit !

Magret de Canard en Aligot

Pour 6 personnes :

1,2 kg de pommes de terre Bintje
500 gr de Tomme fraîche de Laguiole
3 gousses d'ail
2 dl de lait demi-écrémé
3 magrets d'environ 450 gr chacun
Sel
Poivre du moulin
Persil ou ciboulette

Epluchez les pommes de terre et commencez la cuisson à l'eau froide salée. Comptez 20 min de cuisson à partir de l'ébullition

Dénervez les magrets, retirez le surplus de graisse sur les côtés et **légèrement en surface** (afin d'en réduire significativement le volume et que ça soit plus agréable à manger.

Avec la pointe d'un couteau, incisez la graisse en losange pour éviter que les magrets ne se rétractent.

Coupez la Tomme fraîche de Laguiole en fines lamelles.

Sortez les pommes de terre cuites de l'eau et passez-les au presse-purée.

Hors du feu incorporez le lait avec une cuillère en bois en tournant jusqu'à l'absorption complète du liquide.

Au feu moyen incorporez ensuite la Tomme en tournant régulièrement : 3 tours complets à l'endroit, ramenez la spatule sur un demi-tour dans le sens inverse.

Recommencez ainsi énergiquement jusqu'à l'obtention d'un beau « filé ».

Salez, poivrez l'aligot, ajoutez les gousses d'ail finement hachées (selon votre goût).

Dans une poêle chaude et à feu vif, plaquez les magrets face graisse sans ajouter de matière grasse.

A feu modéré laissez fondre et dorer pendant 4 à 5 minutes.

Retirez la graisse fondue, tournez les magrets et poursuivez la cuisson côté chair pendant 4 à 5 minutes à feu moyen pour une cuisson rosée.

Découpez les magrets légèrement en biais afin d'obtenir de fines tranches, que vous dresserez en éventail d'un côté de l'assiette. L'aligot sera servi de l'autre.

En finition vous ajouterez un peu de persil frais ou de la ciboulette coupés très finement sur la viande