

Olivier Largy

Restaurant ici Maine à Rouvray

Dos de cabillaud en bouillon à la fleur de sureau !

INGREDIENTS (pour 2 personnes)

🌿 2 à 4 rondelles de sureau (sans peau)

Pour la saumure :

- 🌿 Dos de cabillaud de 400g
- 🌿 1L d'eau
- 🌿 50g de sel
- 🌿 40g de sucre

Pour le bouillon :

- 🌿 1L d'eau
- 🌿 1 branche de céleri
- 🌿 ½ poireau
- 🌿 1 carotte
- 🌿 Persil
- 🌿 Parures de fenouil

DEROULE DE LA RECETTE

Pour la saumure

Confectionner la saumure avec sel, sucre et le 1L d'eau. Plonger le cabillaud dedans pendant 3h.

Pour le bouillon :

Faire cuire à couvert pendant 30 minutes tous les légumes afin d'avoir un bouillon infusé aux légumes.

Préparer une petite julienne avec le reste des légumes (poireau, carotte et fenouil) avec un peu d'huile d'olive.

Filter le bouillon, le porter à ébullition. Intégrer les fleurs de sureau et laisser infuser pendant 3 minutes. Faire cuire le cabillaud 8 minutes à 72° en vapeur.

Dresser dans une assiette creuse et chaude, servir directement.