



Cabillaud, grenailles et salicornes

4 PERSONNES

30 MINUTES



Ingrédients

- | | |
|--|--|
| -4 morceaux de cabillaud de 150 g
chacun avec leur peau | -200 g salicorne |
| -12 petites pommes de terre
grenailles | -5 cuillère(s) à soupe d'huile
d'arachide |
| -325 g de beurre
(dont 150 g très froid) | -4 échalotes hachées finement |
| -fleur de sel | -10 cl de vin blanc sec |
| | -10 cl de fumet de poisson tout prêt |
| | -50 g de gros sel |

Préparation

1. Mettez le cabillaud dans un plat et recouvrez légèrement de gros sel. Couvrez de film alimentaire et mettez au frais.
2. Dans une casserole, mettez les échalotes et ajoutez le vin blanc et le fumet de poisson. Portez à ébullition et laissez réduire sur feu doux, jusqu'à ce qu'il reste 1 cuillère à soupe de liquide.
3. Ajoutez 2 cuillères à soupe d'eau et incorporez le beurre bien froid en petits morceaux à l'aide d'un fouet et sur feu doux. Rectifiez l'assaisonnement et réservez au bain-marie.
4. Mettez les grenailles avec leur peau dans une casserole d'eau et laissez-les cuire 10 mn, elles doivent rester bien fermes. Egouttez-les. Faites-les mijoter dans une sauteuse avec l'huile et le beurre restant, sur feu moyen, 15 mn, en salant à la fleur de sel 2 ou 3 fois.
5. Plongez les salicornes 1 mn dans une casserole d'eau bouillante. Egouttez-les.
6. Jetez l'eau et recommencez en les laissant 3 à 4 mn. Egouttez et réservez.
7. Poivrez le cabillaud. Faites-le saisir de chaque côté 3 à 4 mn dans une poêle avec 1 cuillère à soupe d'huile, en commençant par le côté peau. Servez avec les grenailles, les salicornes et le beurre blanc.

