

Turbot à la vanille



Pour 4 personnes :

- filets de turbot sans la peau : 4 x 200g
- gousses de vanille : 2
- beurre 1/2 sel : 100 g
- crème : 20 cl
- vin blanc : 5 cl
- vinaigre de vin blanc : 2,5 cl
- échalotes taillées en petits dés : 4 cs
- sel, poivre du moulin
- fond de poisson ou de crustacés : 1 cs

1. Sortez le beurre à l'avance afin qu'il soit bien mou. Grattez l'intérieur des gousses de vanille pour récupérer les graines. Travaillez le beurre en pommade avec la vanille.

2. Préparez 4 papillotes, déposez un filet de turbot dans chaque, ajoutez une noix de beurre vanillé par dessus. Préchauffez le four à 200° C. Remettez le reste de beurre au frigo dans la partie la plus froide, afin qu'il soit à la bonne consistance pour la confection de la sauce.

3. Faites réduire les échalotes, le vin, le vinaigre et le fond de crustacés jusqu'à ce qu'il ne reste plus que 2 cs de liquide. Sur feu doux, ajoutez le beurre vanillé bien refroidi morceau par morceau, en fouettant vivement afin de faire monter la sauce. Lorsque tout le beurre est incorporé, ajoutez la crème en filet, tout en continuant à fouetter. La sauce doit avoir une consistance bien crémeuse, pas liquide, elle ne doit en aucun cas se défaire. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Réservez cette sauce au chaud.

4. Faites cuire les filets de turbot en papillote au four pendant environ 15 minutes. Servez-les très chaud, nappés de sauce à la vanille.

<http://www.nataliakriskova.com/article-32605321.html>

