

Mille feuilles de panga, poireaux et sa petite sauce vanille

Ingrédients pour 4 personnes:

4 filets de panga ou autre poisson blanc peu gras
500 g de poireaux
2 échalotes
crème liquide
fumé de poisson
eau
1 gousse de vanille ou poudre de vanille

Réalisation:

Émincer les poireaux en tous petits morceaux. Faire chauffer une poêle avec un peu d'eau et y faire fondre les poireaux émincés pendant 5 minutes. Rajouter un peu d'eau en cours de cuisson afin que les poireaux ne collent pas à la poêle.

Dans une sauteuse, diluer 1 cuillère à café de fumé dans d'eau, et faire réduire de moitié.

Pendant ce temps émincer finement les échalotes et les ajouter au fumé réduit ainsi que la crème et les grains de vanille.

Faire réduire le mélange, jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse.

Couper les filets de poisson en deux. Garnir la 1ère partie de poireaux et déposer sur ceux-ci le 2ème filet de poisson. Renouveler l'opération avec les 3 autres filets.

Faire cuire à la vapeur 5 à 6 minutes les mille feuilles ainsi réalisés.

Servir de suite les mille feuilles accompagnés de la sauce vanillée.