

Quenelles de Brochet

à la Lyonnaise, Sauce Nantua

une recette du MOF Joseph Viola, du restaurant Daniel et Denise

Ingrédients pour 8 Personnes :

Panade :

- ¼ L de lait
- 70g de beurre
- 160g de farine
- Muscade

Quenelle :

- 500g de chair de brochet
- 3 blancs d'œuf
- 5 œufs entiers
- 125g de beurre pommade
- 10g de sel
- 2g de poivre blanc
- Muscade

Sauce Nantua :

- 40 Ecrevisses vivantes
- 100g de carottes
- 60g oignons
- 60g échalotes
- 10 cl huile d'olive
- 2 CaS de concentré de tomate
- 5 cl de cognac
- 15 cl de vin blanc sec
- 1 l de crème fraîche liquide
- 10g de sel
- 2 g de poivre blanc
- Thym et laurier



Préparation du brochet :

- Lever les filets, enlever la peau, enlever un maximum d'arrêtes, couper en cube de 2 cm.
- Mettre dans un égouttoir au-dessus de l'évier. Laisser égoutter 30 min. Congeler

La panade à réaliser la veille

- Faire bouillir le lait avec la muscade et le beurre
- Quand ça boue, ajouter la farine en une seule fois, remuer vigoureusement à la spatule
- Faire cuire à feu doux 7-8 minutes (comme une pâte à choux).
- Mettre au réfrigérateur pour la nuit.

Confection des quenelles

- Mixer au cutter (Blender) les morceaux de brochet congelés. Ça doit être fait le plus rapidement possible pour obtenir une sciure de brochet, un hachis très fin.
- Incorporer la panade, mélanger de façon homogène
- Ajouter les blancs d'œuf, puis les œufs entier un par un.
- Assaisonner de sel, poivre, muscade
- Ajouter le beurre pour obtenir un mélange homogène
- Transvaser dans un cul de poule, filmer et réserver 6 heures au frigo

Pochage des quenelles

- Monter une grande quantité d'eau salée à 70°C
- Mouler les quenelles à la cuillère
- Plongez les dans l'eau salée pendant 20 minutes, les retourner et laisser pocher 20 minutes de plus
- Stopper la cuisson en les plongeant dans de l'eau glacée
- Réserver au frigo

Cuisson des quenelles (on les sert directement en sortie du four)

- 20 minutes à four chaud (160°C), elles doivent doubler de volume avec un bol d'eau pour faire de la vapeur.

Préparation de la sauce Nantua

- Dans une sauteuse, mettre l'huile à chauffer. Faire rougir les écrevisses vivantes à feu vif.
- Ajouter carotte, oignon et échalote que l'on fait suer
- Ajouter le concentré de tomate
- Flamber au cognac
- Déglacer au vin blanc
- Faire réduire
- Ajouter la crème fraîche, le thym et le laurier
- Faire bouillir pendant 2 minutes
- Retirer les écrevisses
- Les décortiquer
- Remettre les têtes et les carapaces dans la sauce
- Laisser mijoter 20 minutes
- Passer au chinois en pressant bien les têtes d'écrevisses pour en retirer tout le jus
- La sauce doit être nappante

Dressage

- Mettre une quenelle sortie du four au fond de chaque assiette, ajouter les queues d'écrevisse dessus, et napper le tout de sauce Nantua