

Menu n°1



Entrée

Saumon fumé :

Une tranche de saumon fumé de 50 g avec une tranche de pain beurrée.
Vous pouvez présenter le saumon fumé avec une rondelle de citron et un mélange crème fraîche et ciboulette.



Plat de résistance

Sole rôtie au champagne accompagnée d'une fondue de poireaux, carottes et riz :

Préparation : 25 minutes

Cuisson : 40 minutes

Ingrédients pour 4 personnes :

Pour la sole :

1,2 kg de sole en filets
20 cl de champagne
40 g de beurre
100 g de carotte
50 g d'oignon

10 cl de vin blanc
40 g de farine
3 c à soupe de crème fraîche
Ciboulette
Poivre

Fondue de poireaux, carottes :

200 g de poireaux émincés
200 g de carottes

120 g de riz cru
1c à soupe d'huile d'olive

Réalisation :

Préchauffer le four thermostat 7 ou 210°C.

Eplucher et émincer les oignons et les carottes.

Beurrer un plat allant au four, y mettre les oignons et les carottes. Poser les filets de sole sur le lit de légumes, poivrer.

Ajouter le vin blanc, 10 cl de champagne et 10 cl d'eau.

Recouvrir le plat d'une feuille d'aluminium et enfourner 30 minutes à four chaud en arrosant régulièrement les filets de sole.

Une fois le poisson cuit, filtrer le jus de cuisson et le réserver.

Avant de servir le poisson, préparer la sauce :

Dans une casserole, faire fondre 40 g de beurre. Hors du feu, ajouter 40 g de farine, mélanger, remettre sur le feu et torrifier. Hors du feu, ajouter 20 cl de jus de cuisson. Remettre sur feu doux et laisser épaissir en remuant. Ajouter ensuite la crème fraîche, 10 cl de champagne et la ciboulette hâchée. Faire bouillir environ 2 minutes.

Disposer dans un grand plat les filets de sole et napper de sauce chaude au champagne.

Fondue de poireaux et carottes :

Laver les poireaux, les émincer.

Laver, éplucher et râper les carottes.

Précuire les poireaux dans un grand volume d'eau. Une fois cuits, mélanger les poireaux précuits et les carottes râpées dans une poêle avec l'huile d'olive.

Cuire à feu doux jusqu'à ce que les légumes soient fondants.

Pendant ce temps, cuire dans un grand volume d'eau le riz.

Pour la présentation, vous pouvez mouler le riz ainsi que les légumes dans un ramequin.

Dessert

Tarte citron meringuée :



Préparation : 30 minutes

Cuisson : 1 heure

Ingrédients pour 4 personnes :

Pâte brisée :

140 g de farine

70 g de beurre

eau

ou une pâte brisée prête à l'emploi

Crème :

2 citrons non traités

200 g de sucre

5 oeufs

200 g de crème fraîche

Réalisation de la pâte brisée :

Diviser grossièrement le beurre du bout des doigts dans la farine.

Ajouter l'eau progressivement dans une fontaine et ramasser la pâte en boule.

Ne surtout pas la travailler. La fraiser 2 à 3 fois avec la paume de la main.

Laisser reposer ½ heure au frais. Préchauffer le four thermostat 7 ou 210°C.

Abaisser la pâte à 4-5 millimètres puis la placer dans un moule à tarte beurré.

Piquer la pâte avec une fourchette, recouvrir de papier sulfurisé. Laisser cuire la pâte 10 minutes.

Réalisation de la crème :

Mélanger dans un saladier 2 oeufs entiers et 2 jaunes (réserver les blancs), la crème fraîche et le sucre. Ajouter ensuite le jus des 2 citrons ainsi que leurs zestes finement hâchés.

Sortir la pâte du four au bout de 10 minutes de cuisson, retirer le papier sulfurisé et verser la crème. Ré enfourner pour ½ heure.

Pour réaliser la meringue, utiliser les blancs d'oeufs. Mettre une pincée de sel et battre les oeufs en neige. Quand ils sont fermes, ajouter doucement le sucre en continuant de battre.

Sortir la tarte du four. Répartir la meringue sur la tarte et la remettre rapidement dans le four éteint jusqu'à ce qu'elle prenne une belle teinte dorée.