



DARNE DE LIEU JAUNE AU BEURRE D'ESCARGOT

Ingrédients	 2 pers.	 4 pers.
Dans votre box :		
Darnes de lieu jaune	2 darnes	4 darnes
Ail	1 ½ gousses	3 gousses
Echalote	½ pièce	1 pièce
Persil	5 brins	½ bouquet
Blettes	1 botte	2 bottes
Beurre ½ sel	40 g	80 g
Dans votre placard :		
Huile d'olive		
Sel		
Poivre		



Réalisation de la recette

 Préparation : 10 mn

 Cuisson : 20 mn

1. Le beurre d'escargot

- Epluchez, dégermez et coupez 1 ou 2 des gousses d'ail grossièrement. Pelez et coupez de même l'échalote. Dans un mixeur, broyez l'ail avec l'échalote, le persil, du sel et du poivre. Ajoutez le beurre en morceau et mixez brièvement jusqu'à obtenir une texture homogène. Réservez.

2. Les blettes

- Lavez les blettes et coupez la partie verte en lamelles. Coupez également la partie supérieure du blanc, conservez les tiges trop dures pour une soupe ou un bouillon de légumes. Dans une poêle avec un filet d'huile, faites revenir les blettes avec du sel et du poivre. Lorsqu'elles commencent à fondre, ajoutez le reste d'ail épluché, dégermé et coupé. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.

3. Cuisson du poisson et dressage

- Dans une autre poêle avec un filet d'huile, faites revenir le poisson 3 minutes sur chaque face.
- Sur vos assiettes, dressez un lit de blettes, une darne de poisson, puis une quenelle de beurre d'escargot et bon appétit ! Servez éventuellement avec un filet de jus de citron pour ceux qui le souhaitent.

4. Le mot du Chef

- Une recette ultra simple et pourtant si bonne. Parfois, il en faut peu pour faire un bon plat. Le beurre d'escargot fond au contact des darnes, et la poêlée de blettes presque nature apporte de la légèreté à ce plat tout en verdure.

