



B A B A L I

Couleur Kémia

<http://couleurkemia.canalblog.com/>



Rougets rôtis farcis à la sardine, sauce à la betterave, riz arborio façon paella, espuma de betterave.

Pour 4 personnes - Rougets farcis

4 rougets,
180 gr de filets de sardines,
1 càs d'huile d'olive,
une tomate confite coupée en dés,
3 feuilles de basilic hachées,
1 cas de parmesan,
1 càs de jus de citron,
ail haché, sel, poivre,



Ecaillez les rougets et les désarêter par le dos. Réserver.

Faire cuire les filets de sardines. Ecrasez les à la fourchette. Ajouter l'ail, le basilic, le parmesan, la tomate, le jus de citron. Mélanger et assaisonner.

Farcir les rougets et faire cuire à four chaud 8 mn à 220°.

Sauce à la betterave & espuma

Le jus de 2 betteraves cuites (passée à la centrifugeuse),
3 échalotes émincée,
25 cl de vin blanc,
200 gr de beurre,
25 cl de crème liquide,
2 feuilles de gélatine.



Faire blondir les échalotes. Ajouter le vin blanc et laisser réduire. Intégrer le jus de betterave et poursuivre la réduction.

Partager la sauce en 2. Monter au beurre la première moitié.

Couleur Kémia



Rougets rotis farcis à la sardine, sauce à la betterave, riz arborio façon paëlla, espuma de betterave.

Espuma



Passer au chinois la 2^{ème} moitié de la sauce. Mettre les feuilles de gélatine dans de l'eau froide pendant 10 mn. Essorer et intégrer les feuilles à la sauce encore chaude.

Verser la crème liquide et mixer le tout. Verser la préparation dans un siphon. Ajouter le gaz, mélanger.

Maintenir au chaud au bain marie.