



PAVE DE CABILLAUD PANE AUX TROIS POIVRONS BRESAOLA ET A CREME D'AIL



Facile

Préparation: 10 mn

Cuisson: 30 mn

Pour 4 personnes:

- 4 pavés de cabillaud (ou de saumon)
- 1 sachet de poivrons de 3 couleurs Picard
- 2 càc de purée d'ail en pot
- 1 gousse d'ail émincée
- 2 càs de crème fraîche liquide
- 8 tranches de bresaola ou 4 tranches de jambon cru très fines
- Le fond d'une assiette de semoule de maïs
- 1 càs d'huile d'olive
- 1 noisette de beurre
- Sel et poivre

Les poivrons:

Dans une sauteuse ou une casserole assez large, faire fondre l'ail émincé dans l'huile d'olive pas trop chaude. Lorsque ça commence à sentir bon, ajouter les poivrons encore surgelés et les laisser cuire doucement jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Saler et réserver.

La bresaola:

Dessécher 4 tranches sur 8 pour qu'elles soient croustillantes.

La crème d'ail:

Chauffer les 2 de crème liquide avec la purée d'ail. Assaisonner et réserver.

Le poisson:

Saler les pavés de poisson, mettre la semoule dans une assiette et rouler le cabillaud dedans pour le paner sauf sur la face du dessus.

Chauffer la noisette de beurre à feu moyen pour faire cuire les pavés, d'abord sous le dessus pendant 2 minutes. Les faire cuire un peu aussi sur les côtés panés avant de terminer la cuisson sur la face non panée en retournant avec précaution.

L'intérieur doit être tiède mais rester translucide, la durée de la cuisson varie selon l'épaisseur du pavé. Poivrer la face supérieure.

Finition et dressage:

Pendant que le poisson cuit, réchauffer la crème d'ail et les légumes. Incorporer une cuillère de cette crème dans les poivrons et faites quelques traits avec celle qui reste sur le fond des assiettes. Mouler les légumes à l'emporte pièce en tassant bien et poser le poisson dessus ou à côté. Disposer les "tuiles" de bresaola et une tranche crue un peu chiffonnée à côté

Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...

