



MILLEFEUILLE AUX GERMES DE LUZERNE ET PIMENT D'ESPELETTE D'APRES DAMIEN THURIES



Les tuiles : Mélanger 90g de farine avec un oeuf. Ajouter 50g de vin blanc, sel et poivre.

Chauffer fortement à sec une poêle, étaler à l'aide d'un pinceau des rectangles de pâte. Saupoudrer de germes de luzerne et de piment d'Espelette, passer quelques secondes sous le grill. Il faut compter 3 tuiles par personne.

Les bandes de courgettes: Détailler 3 bandes de vert de courgettes par personne, les plonger à peine 30s dans de l'eau bouillante salée, les refroidir dans de l'eau glacée pour conserver la couleur puis les réchauffer 2mn au four avec un peu d'huile d'olive.

Assaisonner.

Le poisson : Détailler le poisson choisi en rectangles de la taille des tuiles. Cuire 5mn au four avec un peu d'huile d'olive, ou faire un aller retour à la poêle pour le garder mi cuit. Ou cuire 5mn au four à 130° 4 filets de maquereaux.

Le dressage : Sur les assiettes dresser 3 bandes de vert de courgettes, poser le poisson dessus et recouvrir de 3 tuiles. Saler au sel de Maldon et arroser d'un filet d'huile de noix.