

## **Oeufs en mousseline de carottes et sole, sur nid d'endives caramélisées et pailles de cumin, coulis de carottes au thym**



### Mousseline de sole et carottes

200 g de filets de sole  
2 blancs d'oeufs  
3 carottes  
crème fraîche  
sel, poivre

Coupez les filets de sole en dés et mixez-les. Ajoutez les blancs d'oeufs et continuez à mixer. Ajoutez suffisamment de crème fraîche pour que la préparation ressemble à une mousse épaisse. Séparement, épluchez et coupez les carottes en rondelles. Cuisez-les dans l'eau bouillante puis ajoutez-les au mélange de sole et mixez. Epluchez la dernière carotte et coupez-la en tous petits cubes. Cuisez-les dans l'eau bouillante puis mélangez-les à la mousse. Réfrigérez la préparation 30 minutes. Faites cuire dans un moule légèrement beurré à 200 °C pendant 30 minutes (adaptez le temps de cuisson selon votre four).

### Nid d'endives caramélisées

2 endives  
beurre  
2 pincées de sucre

Séparez les feuilles des endives. Coupez-les en julienne fine. Faites chauffer du beurre dans une poêle et réduisez les endives pendant 10 minutes. Lorsqu'elles s'attendrissent, ajoutez un tout petit peu d'eau, couvrez et poursuivez la cuisson 10 minutes. Continuez la cuisson à découvert jusqu'à évaporation de l'eau. Ajoutez deux pincées de sucre et laissez caraméliser.

### Coulis de carottes au thym

2 carottes  
10 cl de bouillon de poulet  
10 g de beurre  
1 c.à.s. de crème fraîche

Faites cuire les carottes 10 minutes dans le bouillon de poulet puis mixez-les. Ajoutez le beurre froid et mixez pour obtenir un coulis épais, puis ajoutez la crème fraîche. Réservez.

### Petites pailles au cumin

farine  
eau  
graines de cumin

Ajoutez suffisamment d'eau à de la farine pour former une pâte souple. Etalez-la pâte sur une surface farinée. Saupoudrez la surface de graines de cumin et passez le rouleau à pâtisserie par-dessus. Découpez un rectangle dans la pâte. Puis découpez ce rectangle dans la longueur en lanières. Faites cuire jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

Sur une assiette, former un nid avec la julienne d'endives. A l'aide d'une cuillère à soupe, former des querelles ("oeufs") de mousseline que vous déposez sur le nid d'endives. Puis décorez à l'aide du coulis de carotte et des pailles au cumin.