

Steak de thazar poché au vin blanc

Sauce champignon, crémeuse de soja Belsoy et paprika fumé

Ingrédients

<i>4 darnes</i>	<i>Thazar (maquereau espagnol) poissonnerie Gidney</i>
<i>1 sachet</i>	<i>Fumet de poisson poissonnerie Gidney</i>
<i>500 ml</i>	<i>Eau</i>
<i>250 ml</i>	<i>Vin blanc sec Chardonnay Fleur du Cap SAQ</i>
<i>2</i>	<i>Échalotes françaises hachées finement Jardin du Marché</i>
<i>1 c. à soupe</i>	<i>Poivre vert de Madagascar Fromagerie des Nations</i>
<i>2 c. à soupe</i>	<i>Huile d'olive de la Fromagerie des Nations</i>
<i>1 barquette</i>	<i>Champignon café tranché Jardin du Marché</i>
<i>12</i>	<i>Crevettes moyennes sans écailles poissonnerie Gidney</i>
	<i>Paprika fumé au goût Fromagerie des Nations</i>
<i>100 ml</i>	<i>Crémeuse de soja Belsoy Viva marché écobio</i>
<i>2 branches</i>	<i>Aneth frais Jardin du Marché</i>
<i>200 g</i>	<i>Topinambours biologiques Viva marché écobio</i>

Méthode

- 1. Mélanger le sachet de fumet avec l'eau, le vin blanc, les échalotes et le poivre vert. Faire bouillir et laisser infuser 10 minutes avec un couvercle.*
 - 2. Ramener à petite ébullition, ajouter les darnes de thazar et les faire pocher environ 8 à 10 minutes. Égoutter et réserver au chaud.*
 - 3. Faire revenir dans l'huile d'olive les champignons avec les crevettes environ 3 minutes, saupoudrer de paprika fumé. Réserver les crevettes avec le thazar. Ajouter 100 ml de fumet de cuisson du thazar et laisser mijoter 3 à 4 minutes plein feu.*
 - 4. Ajouter dans la préparation obtenue au point 3 la crémeuse de Soja Belsoy et laisser réduire légèrement. Ajouter quelques pluches d'aneth et servir les darnes avec les crevettes et des topinambour cuit à l'anglaise (cuits vapeur ou à l'eau).*
- Note.* *En dehors de la saison des topinambours, servir sur lit d'épinards blanchis. Cette préparation peut se faire avec escalope de saumon, daurade ou autre filet de poisson.*