

La queue de lotte roulée dans du Guanciaie fumé et cuit nacré, jus rôti d'arrêtes.
Petit ragout de quinoa et légumes du jardin parfumés au tagète.



Pour 4 personnes :

600g de queue de lotte nettoyée
8 fines tranches de Guanciaie fumé ou autre charcuterie fumée
q.s. d'huile d'olive et q.s. de beurre

Jus rôti d'arrêtes de lotte

1kg d'arrêtes de lotte
150g d'échalotes
2 gousses d'ail
50g de céleri branche, 50g de carottes, 80g de poireaux
100g de vin blanc
1l de fumet de poisson
2 branches de romarin
5g de farine
5g de poivre long
q.s. de beurre

Quinoa

200g de quinoa
1 oignon
1 pâtisson
1 courge longue de Nice
1 gros navet
50g d'haricots lingot cuits fondant
1 gros artichaut
1 gousse d'ail
q.s. de nage de légumes

Purée de courge

450g de courge avec peau en gros morceaux
30g de beurre froid en morceaux
Une pincée de sucre
1 badiane

100g de crème

Garnitures

Quelques feuilles de tagète
Une clémentine

Tailler la queue de lotte en 8 médaillons égaux, les assaisonner et rouler chaque médaillon dans une tranche de Guanciale. La piquer avec un cure dent pour les tenir ensemble pendant la cuisson.

Chauffer un peu d'huile d'olive et de beurre ensemble, quand ça commence à mousser colorer légèrement sur les 2 côtés. Ensuite les enlever de la poêle et laisser reposer.

Saisir les arêtes de poisson dans un peu d'huile d'olive. Dès la première coloration, ajouter quelques noisettes de beurre et bien faire colorer les arêtes, veiller à ce que le beurre reste noisette. Enlever les arêtes et ajouter les garnitures. Couper les légumes en mirepoix, bien les colorer et confire en même temps. Ajouter les arêtes et le romarin, singer légèrement avec un peu de farine et déglacer avec le vin blanc. Réduire presque à sec et ajouter le fumet de poisson, bien décoller les sucs au fond de la casserole et cuire 20 minutes. Passer au chinois fin et réduire à consistance nappant. Vérifier le goût, ajuster éventuellement avec un peu de sauce soja.

Cuire le quinoa dans de l'eau bouillante salée, égoutter et garder à part. Ciseler l'oignon le plus fin possible, tourner l'artichaut et enlever le foin à l'aide d'une cuillère. Couper l'artichaut en 2 et ensuite en biseaux. Garder dans de l'eau citronnée pour éviter la décoloration. Nettoyer le pâtisson, la courge et le navet. A l'aide d'une cuillère pomme Parisienne réaliser des petites billes. Suer l'oignon et les gousses d'ail fendues en deux et ajouter ensuite les billes de navet et l'artichaut, assaisonner et ajouter un peu de nage de légumes, cuire 2-3 minutes sous couvercle. Puis ajouter les billes de pâtisson et la courge, assaisonner et mouiller avec un peu de bouillon, cuire sous couvercle. Quand les légumes sont cuits mais encore croquants, arrêter la cuisson et ajouter le quinoa et les haricots lingots. Tenir au chaud.

Cuire les morceaux de courge au vapeur, quand ils sont cuits les sécher pendant 20 minutes au four à 100°C. Réduire la crème avec la badiane à 40g. Ensuite mixer la courge avec le beurre et le sucre. Ajouter ensuite la crème sans la badiane. Rectifier le goût avec du sel si nécessaire.

Dressage

Placer le quinoa au milieu de l'assiette et placer le poisson dessus. Faire quelques pointes de purée de courge. Laisser mousser la sauce à l'aide d'un mixeur et la dresser autour le poisson. Finir avec un peu de zeste de clémentine et des feuilles de tagète.