

Filet de lotte clouté d'olives au coulis de cresson et son riz safrané



Préparation : 30 mn

Cuisson : 40 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

1 queue de lotte de 1,2 kg environ sans la peau

1 botte de cresson

1 oignon

1 carotte

1 gousse d'ail

100 g d'olives noires dénoyautées

400 g de riz basmati

25 cl de vin blanc sec

20 cl de crème fraîche

30 g de beurre

1 c à s d'huile d'olive

1 dosette de safran

1 bouquet garni

Sel et poivre en grains

Enlever les tiges du cresson, laver les feuilles et les essorer. Lever les filets de la queue de lotte et découper chaque filet en 6 morceaux.

Peler et émincer finement l'oignon et la carotte et les faire revenir dans l'huile d'olive avec l'arête de la lotte coupée en tronçons. Ajouter l'ail non pelé, 5 grains de poivre et le bouquet garni. Mouiller avec le vin blanc sec et 1 litre d'eau. Saler, couvrir et laisser bouillir 20 mn environ. Passer au tamis en appuyant bien sur les parois. (si vous n'avez pas le temps ou si comme moi vous n'avez pas l'arête de la lotte, remplacer ce fumet par du fumet déshydraté reconstitué).

Tailler les olives en bâtonnets, inciser régulièrement les morceaux de lotte avec la pointe d'un couteau et enfoncer les bâtonnets d'olives dans les incisions. Déposer les morceaux de lotte dans une cocotte, verser le fumet filtré et laisser cuire à très légers frémissements pendant 12 mn environ (j'ai préféré cuire le morceaux de lotte dans une sauteuse avec un peu de beurre en mettant le couvercle).

Dans une sauteuse faire étuver le cresson avec le beurre chaud pendant 2 mn puis assaisonner. Mouiller de 15 cl de fumet de lotte et laisser mijoter 10 mn. Ajouter la

crème fraîche et mixer le tout. Verser le coulis de cresson obtenu dans une casserole pour le réchauffer à feu doux (vérifier l'assaisonnement).

Mesurer 1 fois et demie le volume du riz en eau, faire bouillir cette eau ajouter le riz, du sel et le safran. Couvrir et cuire 10 mn environ (il m'a fallu plus de cuisson j'ai rajouté un peu d'eau) puis retirer du feu sans ôter le couvercle et laisser reposer 5 mn.

Garnir les assiettes d'un fond de coulis de cresson, mettre le riz safrané avec un emporte pièce, et poser 2 morceaux de lotte par assiette. Servir bien chaud.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>