

## Poisson

### QUENELLES DE TRUITE Jus « Façon Nantua »

Recette pour 4 personnes Temps de réalisation : 1h 15 Réfrigération 30 mn, Cuisson 1 h

#### Ingrédients

##### Le bouillon des écrevisses

200 g de queues d'écrevisses, prélevées sur 32 écrevisses vivantes

50 cl de bouillon de légumes, 1 c. à s. d'huile d'olive

##### La panade

25 cl de bouillon d'écrevisses, 80 g de beurre, 65 g de farine, 65 g de maïzena, 3 œufs

##### Les quenelles de truite

300 g de filets de truite écaillés, désarêtés et sans peau, 70 g de crème fraîche épaisse

2 œufs, ¼ de botte de thym-citron, 1 gousse d'ail rose

La panade, voir ci-dessus

3 pincées de poivre, sel, Le reste de bouillon d'écrevisse

##### Le jus façon Nantua

Le bouillon qui a servi à cuire les quenelles, Quelques c. à s. de liaison à la maïzena

200g de crème liquide, 1 jaune d'œuf

#### Finition

Quelques pignons de pin

#### Progression

##### Le bouillon des écrevisses :

Châtrer les écrevisses, réserver les têtes

Dans un faitout, chauffer l'huile d'olive, puis ajouter les queues d'écrevisses

Faire revenir à feu vif 2 mn

Verser le bouillon de légumes, puis porter à ébullition

Écumez pour enlever les impuretés, puis baissez le feu et poursuivre la cuisson 30 mn à feu moyen

Filtrer dans une passoire pour récupérer le bouillon, puis écrasez les queues d'écrevisses avec le fond d'une casserole

Passez-les au presse-purée pour en extraire le maximum de sucs

Filtrez à nouveau le tout au chinois étamine, à défaut dans une passoire très fine.

##### La panade

Dans une casserole portez à ébullition le bouillon d'écrevisse avec le beurre

Incorporez la farine et la maïzena d'un seul coup, puis mélangez au fouet

Dès que la texture épaissit, baissez le feu, puis continuez de mélanger jusqu'à ce que la pâte dessèche et se détache des parois de la casserole, à la manière de la pâte à choux

Hors du feu, incorporez les œufs entiers, puis mélangez le tout soigneusement, avant de laisser refroidir à température ambiante

### **Les quenelles de truite :**

Mixez les filets de truite coupés en gros morceaux, avec la crème fraîche, les œufs entiers, le thym-citron effeuillé et la gousse d'ail hachée

Ajouter la panade, salez et poivrez, puis bien mélanger avant de mettre l'ensemble au réfrigérateur, pendant 30 mn

Moulez alors les quenelles de truite en les enroulant dans un morceau de film alimentaire de manière à former des boudins bien uniformes

Serrez assez fort les extrémités, afin que le tout soit bien étanche, puis faites pocher les quenelles dans le reste du bouillon d'écrevisses porté à une légère ébullition, frémissante pendant 10 à 15 mn

### **Le jus lié « façon Nantua »**

Réduire à frémissement le bouillon d'écrevisses d'un gros tiers, pendant environ 30 mn

Lier le bouillon avec une première cuillerée à soupe de liaison à la maïzena tout en fouettant vivement

Portez l'ensemble à ébullition, en vérifiant la texture du jus avec le dos de la cuillère

Recommencez la même opération, autant de fois que nécessaire, afin d'obtenir un jus d'une texture sirupeuse, épaisse mais encore liquide

Incorporez alors la crème liquide et le jaune d'œuf cru, puis fouettez le tout de nouveau vivement, sans jamais porter à ébullition

### **Finition :**

Enlever délicatement le film alimentaire autour des quenelles, placez-les côte à côte dans un plat à gratin, puis versez-par-dessus la quantité de jus « façon Nantua » que vous souhaitez

Parsemez de quelques pignons de pin, puis passez l'ensemble sous le grill du four pour gratiner le dessus

Servez aussitôt.