SALON ET Vins Gastronomie
ET SON SALON DU CHOCOLAT de Bourges



Les Recettes des Chefs

SANDRE, BEURRE BLANC ET PETITS LÉGUMES

par **Christian Chauveau**
Les Tables Gourmandes du Berry

Ingrédients pour 2 personnes :

- 300 g de filet de sandre
- 100 g de beurre
- 1 échalote
- 7,5 cl de vin blanc
- 10 cl de vinaigre de cidre
- 10 cl de crème liquide
- 100 g de poireaux
- 100 g de carottes
- 150 g de céleris-boule
- Sel et poivre

Préparation :

Éplucher les carottes et le céleris-boule, puis nettoyer les poireaux. Tailler les légumes en julienne.

Faire cuire les légumes dans une casserole d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Les égoutter, puis les faire revenir quelques minutes avec une noisette de beurre. Réserver au chaud.

Éplucher et ciseler finement les échalotes. Les faire suer dans une casserole, puis ajouter le vin blanc et le vinaigre de cidre. Laisser réduire à feu doux.

Incorporer la crème liquide, puis ajouter progressivement le beurre froid coupé en morceaux, en fouettant jusqu'à obtenir une sauce onctueuse. Saler et poivrer.

Faire chauffer une poêle avec une noisette de beurre. Déposer les filets de sandre côté peau et les laisser cuire à feu moyen pendant quelques minutes. Les retourner délicatement pour terminer la cuisson.

Répartir les petits légumes dans les assiettes, déposer les filets de sandre et napper délicatement de beurre blanc. Servir aussitôt.

1 h

l'agence COULISSES