



## Cabillaud en croûte de noisettes, sucrines braisées et millefeuille de légumes au poisson fumé

Cabillaud en croûte de noisettes, cœur de laitue braisée (pour 4 personnes)

- 800 g de dos de cabillaud
- 4 salades sucrine
- 1/2 l de fond de veau brun
- 2 cùs de coriandre concassée
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre du moulin

Pour la croûte de noisettes :

- 100 g de noisettes entières décortiquées
- 1 blanc d'oeuf

Pour la sauce « beurre citron » :

- 40 g de beurre demi-sel
- Le jus d'1 citron jaune
- 10 cl de crème liquide à 40% de matière grasse

1/ Rincez les sucrines et mettez-les dans une casserole sans qu'elles soient superposées. Mouillez avec le fond de veau et braisez-les.

2/ Hachez grossièrement les noisettes. Badigeonnez le poisson de blanc d'œuf et recouvrez-le de panure de noisettes concassées. Réservez.

3/ Versez une cuillère à soupe d'huile d'olive dans le fond d'un plat à four. Déposez le dos de cabillaud. Assaisonnez selon votre goût. Enfournez pendant +/-10' selon l'épaisseur.

4/ Pendant ce temps dans une casserole, faites fondre le beurre, ajoutez le jus de citron, versez la crème et mélangez. Faites réduire et terminez avec la coriandre.

5/ Lorsque le cabillaud est cuit, placez-le sur assiette, disposez une sucrine et sauez de « beurre citron » sur le côté pour garder les noisettes bien croquantes.



### Millefeuille de légumes au poisson fumé (pour 4 personnes)

- 3 gros navets en rondelles
- 5 grosses pommes de terre en rondelles
- 4 carottes en rondelles
- 50 cl de lait
- 150 gr de haddock
- 150 gr d'elbot fumé
- Huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

- 1/ Blanchissez les légumes à l'eau bouillante salée. Egouttez-les et réservez.
- 2/ Pendant ce temps, faites chauffer le lait dans une casserole et faites-y cuire le haddock pendant 15 minutes. Égouttez-le et détaillez-le en pétales.
- 3/ Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6).
- 4/ À l'aide d'un emporte-pièce, façonnez un premier millefeuille. Disposez successivement des rondelles de navet, de pommes de terre, de carottes et enfin du haddock et de l'elbot fumé. Répétez l'opération en terminant par une rosace de carottes. Huilez généreusement, salez et poivrez.
- 5/ Placez les cercles garnis sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et enfournez le tout. Laissez cuire pendant 15 minutes.
- 6/ Servez bien chaud accompagné de crème au raifort et d'une salade verte.

Regardez la préparation en vidéo : [http://www.rtbf.be/tv/emission/detail\\_un-gars-un-chef/actualites/article\\_cabillaud-en-croute-de-noisettes-sucrines-braisees-et-millefeuille-de-legumes-au-poisson-fume?id=8916855&emissionId=5931](http://www.rtbf.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_cabillaud-en-croute-de-noisettes-sucrines-braisees-et-millefeuille-de-legumes-au-poisson-fume?id=8916855&emissionId=5931)