



Vichyssoise et roulade de sole à la vanille et aux légumes confits

Crème vichyssoise (pour 6 personnes)

- 300 g de blancs de poireaux
- 600 g de pommes de terre à purée
- 1,5 litre d'eau
- 30 g de beurre
- Crème épaisse
- Ciboulette
- Crème fouettée
- Sel
- Poivre

- 1/ Epluchez et lavez les légumes.
- 2/ Taillez les pommes de terre en morceaux et laissez-les dans l'eau froide.
- 3/ Emincez les blancs de poireaux et faites-les suer au beurre dans la cocotte.
- 4/ Mouillez à l'eau froide et salez. Ajoutez les pommes de terre et faites cuire à couvert une bonne dizaine de minutes.
- 5/ Vérifiez la cuisson des pommes de terre et mixez.
- 6/ Passez le potage au chinois mousseline.
- 7/ Ajoutez une cuillère à soupe de crème épaisse. Mélangez et vérifiez l'assaisonnement.
- 8/ Refroidissez le potage sur glace ou placez au frigo.



Roulade de sole à la vanille et aux légumes confits (pour 4 personnes)

- 8 filets de sole
- 100 g de crevettes grises décortiquées
- 1 botte de navets nouveaux
- 1/4 de céleri rave
- 50 cl de fumet de poisson
- 1 échalote hachée
- 1 verre de vin blanc sec
- 20 cl de crème liquide
- 1 càs de ciboulette hachée
- 1 bâton de vanille
- Beurre
- Sel et poivre blanc moulu

1/ Tournez les légumes et étuvez-les séparément. Lorsqu'ils caramélisent, réservez-les au chaud.

2/ Faites une réduction échalote vin blanc. Ajoutez un peu de beurre.

3/ Pendant ce temps, roulez les filets de sole et maintenez-les fermés avec un pique en bois.

4/ Versez-y la crème, salez, poivrez et portez à ébullition. Aux premiers frémissements, retirez du feu et ajoutez le bâton de vanille. Couvrez et laissez infuser 10'.

5/ Pendant ce temps, portez le fumet de poisson à ébullition. Plongez-y les roulades de sole et laissez cuire 5'. Egouttez et réservez au chaud.

6/ Ajoutez les crevettes dans la crème.

7/ Dressez 2 roulades de sole sur assiette, garnissez avec les légumes, saucez généreusement et saupoudrez de ciboulette hachée.

8/ Servez la vichyssoise froide dans des bols avec une quenelle de crème fouettée et de la ciboulette fraîche ciselée.

Regardez la préparation en vidéo : http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_vichyssoise-et-roulade-de-sole-a-la-vanille-et-aux-legumes-confits?id=8966413&emissionId=5931