

RAIE ET SA CROUTE D'HERBES AVEC SES ÉCRASÉS DE LÉGUMES

Ingrédients:

RAIE compter 250 g par personne
Beurre mou 50 g par personne, huile
Herbes – persil, aneth, estragon
Vin blanc
Sel, poivre,
Bouquet garni
Salicornes en bocal
Pommes de terre
Céleri
Carottes
Potimarron
De la chapelure chinoise
Plat allant au four

Préparation

- ✚ Préparer les légumes : épluchez et coupez- les en morceaux pas trop gros. Faites cuire séparément les légumes en ajoutant systématiquement des pommes de terre pour une meilleure consistance.
Quand les légumes sont cuits les laisser de côté.
- ✚ Faites cuire la raie coupée en portion dans un court bouillon, eau, sel poivre, bouquet garni, vin blanc.
Quand le tout frémit laissez cuire un ¼ d'heure et laissez dans son court bouillon.
- ✚ Hachez les fines herbes, les mélanger avec le beurre mou.
- ✚ Sortir la raie du court, la mettre sur une planche à découper. Ôtez la peau s'il y en reste. Détachez la chair en plaçant la lame du couteau parallèlement au cartilage, enlever le cartilage et reformer la portion en posant l'autre côté dessus. Intercaler entre les deux morceaux un peu de beurre aux herbes.
- ✚ Mettre un peu de beurre et d'huile au fond du plat allant au four et placer les morceaux de raie.
- ✚ Prendre le beurre aux herbes restant et lui ajouter de la chapelure, une bonne quantité de façon à former une croute, poser ce mélange sur les morceaux de raie, répartir les salicornes puis remettre de la chapelure sur le poisson.
- ✚ Mettre au four pendant une quinzaine de minutes, à surveiller.
- ✚ Faire les écrasés de légumes et les servir en quenelles dans l'assiette en alternant les couleurs.
- ✚ Servir bien chaud.