

Travers de loup, ail noir et mousseline de topinambours

Pour cette nouvelle recette du **menu de Noël**, Dominique Frérard vous propose, après l'entrée, ce premier plat très simple à réaliser à base de **loup de mer** ? Ce poisson est extrêmement prisé des grands chefs pour sa chair délicate ! Dans cette recette, il est agrémenté de mousseline de **topinambours** (les légumes oubliés), d'**huile de roquette** et d'**ail noir**.

L'ail noir, une petite merveille gustative à propos de laquelle nous vous proposerons bientôt un article sur ses multiples vertus.

- 1 pers.
- 25 Min.
- 35 Min.

Ingrédients

HUILE DE ROQUETTE

- 60 g de roquette
- 1 citron
- 25 cl de bouteille d'**huile d'olive vierge extra bio Tramier**
- Sel et poivre

PLAT

- 20 g de roquette
- 500 g de topinambour
- 1 travers de **loup de mer**
- 2 cuillères à café d'**huile d'olive vierge extra bio Tramier**
- 150 g de beurre
- 20 cl de lait
- Quelques gousses d'**ail noir**
- 2 échalotes
- Sel et poivre

Préparation de l'huile de roquette :

Faites blanchir la roquette à l'eau pour fixer la chlorophylle et garder une forte couleur verte

Mixez avec un jus de citron

Assaisonnez de sel et de poivre

Laissez reposer quelques heures avant de servir

Préparation du plat :

Faites bouillir les topinambours dans une casserole d'eau salée pendant 20 à 30 min.

Faites fondre le beurre au bain-marie.

Mixez les topinambours, le lait et le beurre puis ajoutez la ciboulette ciselée et l'**huile d'olive**.

Poêlez le travers de **loup de mer** jusqu'à ce qu'il devienne doré de chaque côté.

Sur l'assiette, disposez la mousseline dans un emporte-pièce de votre choix.

Arrosez le loup de mer d'**huile de roquette**.

Salez, poivrez et déposez l'ail noir.

Ajoutez la salade mélangée au préalable avec l'huile de roquette.

L'astuce : pour éplucher facilement les topinambours, vous pouvez simplement bien les frotter sous l'eau avec une brosse avant de les faire cuire ou enlever la peau à l'aide d'un petit couteau après cuisson pour qu'elle soit moins dure ☐

Se procurer de l'ail noir : vous pouvez en acheter sur les sites d'épices en ligne, en épiceries fines ou encore en magasins bio à environ 10 € pour 50 g, soit 10 gousses d'ail.

Dominique Frérard vous délivrera bientôt dans ses astuces, **le secret de la recette de l'ail noir** ☐

Les autres recettes de notre menu de Noël 2017

Décoration & boulangerie : petits bonhommes de neige

Entrée : tarte friande de langoustines

Plat 2 : pavé de boeuf au foie gras et cèpes

Dessert : profiteroles à l'huile d'olive

Si vous manquez toujours d'inspiration, vous pouvez consulter notre menu de Noël 2016

L'entrée : carpaccio de Saint-Jacques aux olives noires à la Grecque

Le plat : pigeon de Bresse rôti, cèpes et foie gras de canard

Le dessert : mini-bûches au chocolat et huile d'olive