

Dos de cabillaud sauce chorizo, crème d'ail et lentilles



On ne pense pas souvent aux lentilles, mais en ces temps de confinement, ça se conserve très bien dans un placard et c'est facile à mettre en œuvre. La veille, simplement les faire tremper avec trois fois leur volume d'eau. Le jour J, les égoutter et les cuire dans une nouvelle eau avec thym, laurier, oignon, un bouillon cube de volaille et des lardons (pour la recette j'ai utilisé du chorizo et des échalotes).



Pour la crème d'ail : éplucher et dégermer 5 belles gousses d'ail. Les blanchir trois fois. C'est-à-dire ; départ au froide, je les porte à ébullition 1 minute. Je change l'eau et je recommence deux fois ensuite.



Couper en petits morceaux ½ pomme de terre binje. Les ajouter aux pions d'ails blanchis. Ajouter 15 cl de crème liquide . cuire l'ensemble et mixer. Sel, poivre.

Pour la sauce chorizo. J'utilise 10 cl de vin blanc, une échalote ciselée (coupée en petits morceaux) , un fond de veau (poudre ou pate) dilué dans 10 cl d'eau, 30 gr de chorizo coupé en fin morceaux, 30 gr de beurre.

Faire bouillir le vin blanc, ajouter tous les ingrédients, laisser réduire la sauce et au dernier moment, ajouter une noix de beurre pour donner une belle onctuosité.



Pour la cuisson du cabillaud :

Pour donner de la fermeté au poisson, je vais le faire tremper dans une eau très salée pendant 10 minutes. Et je vais le cuire très doucement au four à 80° . Dès que du petit lait apparait, il est cuit.



Dressage de l'assiette :

Deux belles cuillères de lentilles, deux cuillères à soupe de crème d'ail sur le côté, le dos de cabillaud et la sauce chorizo dessus.



Bon appétit