

# LOTTE GRATINÉE

Novembre 2005 (Actualisé en février 2018)

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 800 g de queue de lotte
- ★ 200 g de champignons de Paris frais
- ★ 2 échalotes
- ★ 25 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 50 g de chapelure
- ★ 70 g de beurre (50 + 20)
- ★ 1 citron vert
- ★ 1 demi-cuillère à café de baies roses
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Sauteuse, Bol, Plat à four

Préparation : 10 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 40 mn

Difficulté : Assez facile

Coût indicatif : 14,65 € (soit 3,69 € par personne)



## Recette :

Laver la lotte, l'essuyer, éliminer la partie terminale de la queue et les nageoires dorsales et ventrales avec des ciseaux. Enlever la fine peau transparente qui recouvre la chair du poisson. Couper la lotte en 4 médaillons en conservant le cartilage central. Égoutter sur du papier absorbant, saler et poivrer. Couper le citron en deux et extraire le jus dans un bol. Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C) pendant 10 minutes. Éplucher et émincer les champignons, les arroser avec la moitié du jus de citron. Émincer finement les échalotes et les faire suer dans une sauteuse avec 50 g de beurre pendant 5 minutes en remuant continuellement. Ajouter les tranches de lotte et les faire colorer 2 à 3 minutes par face.

Déposer les darnes de lotte dans un plat à four, arroser avec le jus de cuisson aux échalotes, entourer avec les champignons émincés, mouiller avec le vin blanc et le jus de citron restant. Parsemer de chapelure et de baies roses et ajouter le reste de beurre coupé en petits dés, saler, poivrer et mettre à four chaud pour 30 minutes en surveillant qu'il reste toujours du liquide.

Accompagner d'un riz blanc, cuisson créole.

## Boisson :

Un Sylvaner d'Alsace servi à 10°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.