

Bourride de lotte à la sétoise

Le marché pour 4 personnes

Cette recette se fait aussi avec d'autres poissons blancs (loup, mulot, cabillaud, etc.)

Garniture aromatique (légumes émincés en julienne ou paysanne)

- 2 poireaux
- 2 branches de céleri
- 1 ou 2 carottes
- 1 oignon blanc
- 2 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ½ botte de persil

Cuisson de la lotte et des pommes de terre

- 600 à 800 g de lotte
- 2 dl de vin blanc sec
- Thym frais – laurier frais
- 1 kg de pommes de terre
- Sel, poivre blanc du moulin
- **Facultatif** : une petite branche d'aneth (des marais)

Aïoli

- 2 jaunes d'œuf
- 2 ou 3 gousses d'ail (selon grosseur et goût)
- 1 petite pomme de terre (chaude) cuite en robe (80g)
- 2,5 dl **huile d'olive**
- Sel, poivre blanc du moulin

Recette

L'aïoli

- 1) Piler finement l'ail dans un mortier, de préférence avec le sel (ou hacher l'ail très finement)
- 2) Ajouter la pomme de terre encore chaude, (cuite en robe des champs et pelée), et les jaunes d'œufs et piler rapidement le tout.
- 3) Incorporer l'huile d'olive très doucement en mélangeant vigoureusement avec un fouet (normalement cette sauce se fait avec le pilon !)
- 4) Si besoin, ajouter quelques gouttes d'eau en cours de réalisation

☞ <http://cuisinologie.free.fr/Recettes/Sauces/Sauce%20aioli%20et%20rouille.pdf>

Confection de la bourride

- 1) Tailler blancs de poireaux, carotte et céleri en fine julienne (ou encore en brunoise à potage (petits dés de 3 mm de section carrée) ou encore en paysanne (triangles ou carrés de légumes de ¾ de cm de côté et finement émincés). Ciseler l'oignon.
- 2) Faire suer (sans coloration) le tout à l'huile d'olive pendant quelques minutes avec l'ail haché, la branche d'aneth et un bouquet de queues de persil.
- 3) Ajouter les morceaux de lotte (filets ou tronçons) et faire revenir à blanc dans cette garniture
- 4) Enlever et réserver la lotte pendant la cuisson des pommes de terre
- 5) Déglicer avec le vin blanc et faire bouillir quelques minutes
- 6) Ajouter les pommes de terre coupées en tanches de ½ cm d'épaisseur.
- 7) Couvrir d'eau froide (ou fumet de poisson léger et froid ou encore eau et cube bouillon de poule léger et froid), porter rapidement à ébullition, saler, poivrer et ajouter thym frais et laurier.
- 8) Cuire les pommes de terre en les tenant juste cuites.
- 9) 10 minutes avant la fin de leur cuisson, adjoindre les morceaux de lotte et terminer la cuisson doucement, à simple frémissement pendant 10 minutes environ – *selon l'épaisseur des morceaux*.

Bourride de lotte à la sétoise

La sauce de la bourride

- 1) Égoutter les pommes de terre et la lotte et les réserver au chaud pendant la confection de la sauce. Enlever la branche d'aneth.
- 2) Verser un peu de jus de cuisson de la lotte bouillant sur l'aïoli et mélanger au fouet
- 3) Hors du feu, verser ce mélange sur le reste de jus de cuisson des moules bouillant en mélangeant au fouet
- 4) Cuire doucement, sans aucune ébullition, en remuant constamment jusqu'à ce que la sauce nappe légèrement (comme une crème anglaise).
- 5) **Facultativement** : Mixer quelques secondes pour la rendre légèrement mousseuse
- 6) Verser cette sauce sur les pommes de terre et la lotte.

Dressage (il est préférable de dresser en assiette individuelle)

- 7) Disposer les pommes de terre au fond des assiettes chaudes
- 8) Dresser morceaux de lotte sur les pommes de terre.
- 9) Napper le tout avec le reste de sauce
- 10) **Facultativement**, saupoudrer de quelques frisures d'aneth
- 11) Servir, de préférence, avec du pain grillé, à part.