

Poisson au lait de topinambours



Recette de Julie Aubé et photo de Rachel Ouellette

Portions: 4

Temps de préparation: 20 minutes

Temps de cuisson: 25 minutes

Ingrédients

- 1 tasse (250 ml) de topinambours bien brossés ou pelés, coupés en tranches fines
- 2 tasse (500 ml) de lait
- 3 c. à soupe (45 ml) d'échalote française hachées
- 2 c. à thé (10 ml) d'huile de caméline
- 3 c. à soupe (45 ml) de chapelure
- 2 c. à soupe (30 ml) de graines de citrouille grillées, hachées
- 1 c. à soupe (15 ml) d'ail haché
- 2 c. à soupe (30 ml) de cornichons hachés (ou autre légume mariné)
- 1 c. à thé (5 ml) d'herbes salées ou ½ c. à thé (2,5 ml) d'algues séchés en flocons
- 600 g de filet de poisson (omble, truite, flétan...)
- 2 c. à thé (10 ml) de moutarde forte locale
- 2 c. à soupe (30 ml) de pesto maison
- 1 c. à soupe (15 ml) de verjus
- Sel au goût
- Micropousses (facultatif)

Préparation

1. Préchauffer le four à 200°C (400°F) et tapisser une plaque d'un tapis de cuisson ou de papier parchemin.
2. Dans une casserole moyenne, porter à ébullition le lait et les topinambours. Réduire le feu et mijoter jusqu'à ce que les topinambours soient tendres, environ 20 minutes.
3. Pendant ce temps, dans un petit bol, mélanger l'échalote, l'huile, la chapelure, les graines de citrouilles, l'ail, le cornichon et les herbes salées (ou les algues). Réserver.
4. Étendre le poisson sur la plaque, peau dessous. Éponger le dessus au besoin, puis badigeonner la moutarde sur le dessus des filets. Garnir ensuite les filets de la garniture réservée. Cuire au four en calculant 10 minutes par pouce d'épaisseur du poisson.
5. Au moment d'enfourner le poisson, les 20 minutes de cuisson des topinambours sont probablement terminées. Ajouter le pesto, le verjus, le sel et mixer la sauce au pied mélangeur. Goûter et rectifier l'assaisonnement au besoin. Passer au tamis si désiré.
6. Dès que le poisson est cuit, verser une généreuse louche de lait de topinambours au fond de quatre assiettes creuses et y déposer les morceaux de poisson (sans la peau).

Une petite note...

- Le lait de topinambours est un passe-partout. Il pourrait être servi sous forme de potage en entrée ou encore devenir une sauce pour des gnocchis avec une bonne dose de votre fromage préféré.

Lien vers la recette: <https://cariboumag.com/2021/02/poisson-au-lait-de-topinambours/>