



FILET DE TURBOT AUX POMMES ET ENDIVES

Categoria: Deuxième plats **Tempo di preparazione:** 35 minutes **Difficoltà:** medio



Ingredienti per 4

- 500 g de turbot
- 1 litre et demi d'eau
- 1 carotte
- 1 oignon
- 1 branche de céleri
- Quelques feuilles de basilic et persil frais
- 40 g de farine au goût
- Huile d'olive extra vierge au goût
- 2 gousses d'ail
- 3 pommes
- 1 cuillère à soupe de Calvados (ou autre eau-de-vie de cidre de pomme)
- 2 têtes d'endives
- Sel au goût
- Poivrer au besoin
- Quelques feuilles de menthe fraîche pour décorer

Un plat qui associe le poisson aux fruits et légumes, pour ceux qui aiment expérimenter de nouvelles saveurs qui ne les décevront certainement pas.

Difficulté : **moyenne**

Coût : **moyen**

Temps de préparation : **35 minutes**

Portions : **4 personnes**

Préparation

Nettoyez le turbot et divisez-le en 4 filets.

Préparez un fumet de poisson : mettez 1 litre et demi d'eau dans une casserole, les déchets de turbot, une carotte entière, un oignon coupé en morceaux, une branche de céleri, quelques feuilles de basilic et de persil et faites bouillir pendant environ une heure en réduisant l'eau d'au moins un tiers.

Farinez les filets dans la farine et passez-les dans une poêle avec un demi-verre d'huile d'olive extra vierge parfumée aux deux gousses d'ail en prenant soin de les faire dorer des deux côtés. Ajoutez 2 pommes préalablement coupées en tranches d'un demi-centimètre. Saupoudrez d'une cuillerée de Calvados et flambez. Ajoutez un verre de fumet de poisson et faites cuire environ 5 minutes.

Par la suite, coupez les endives en quartiers et faites-les saisir au four avec quelques fines tranches de la pomme restante pendant 5 minutes à 180° avec un peu d'huile d'olive extra vierge, du sel et du poivre.

Disposez un filet de turbot sur chaque plat de service avec les pommes dessus. Ajoutez le reste de fumet de poisson et décorez d'endives et de pommes au four. Bon appétit !

