

Ingrédients

pour 4 personnes

- 4 darnes de Saint Paul de 150 g
- 1 kg d'épinards
ou brèdes chou chou
- 1 dl de fumet de poisson
- 2 cl de vin blanc
- 30 g de roux blanc
(15g de beurre 15 g de farine)
- 3 cl de crème fraîche
- 1 jaune d'œuf
- 50g de farine pour fariner
les darnes
- 20 g de beurre 5cl huile
- 80 g de beurre pour les épinards
- Sel fin, poivre concassé



Darne de Saint Paul poêlée aux épinards ou aux brèdes chou chou

Préparation

Faire cuire les épinards ou les brèdes dans de l'eau bouillante salée.

Faire une sauce crème (roux blanc, fumet de poisson, crème fraîche).

Monter la sauce au beurre ajouter un jaune d'œuf.

Fariner les darnes.

Poêler les darnes, avec huile et beurre.

Cuire doucement à feu doux.

Présentation

Dresser les darnes sur un lit d'épinards, ou de brèdes passer au beurre.

Napper de sauce faire glacer au four (voute) ou sur la salamandre.

Servir chaud.

