

Ingrédients

pour 4 personnes

- 700g de légine
- 5 cl d'huile
- 1 beau concombre
- 1 oignon
- 25 cl de fumet de poisson
- 100g de crème fraîche
- 50 g de basilic

Darne de légine grillée à la crème de concombre et basilic

Préparation

Passer le poisson dans l'huile, marquer sur le gril, finir la cuisson au four.

Faire suer l'oignon émincé et le concombre en cubes dans du beurre.

Mouiller avec le fumet de poisson, cuire 10 minutes.

Au terme de la cuisson, passer au mixer, crémer, faire réduire, assaisonner.

Ajouter le basilic haché.



Présentation

Dresser sur une assiette ou sur un plat ; napper de crème le fond de l'assiette ou le plat, disposer la darne dessus. Vous pouvez servir les darnes avec des légumes grillés, ou des pommes vapeur , ou du riz pilaf