

les recettes d'Alice

Filets de lotte fumée, crème de carotte à l'orange



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Economique



20 minutes



30 minutes



facile

Ingrédients

750 gr de filet de lotte
10 cl de crème liquide
8 tranches de poitrine fumée
40 gr de beurre
750 gr d'endives

15 cl de jus d'orange
2 carottes, 2 gousses d'ail
2 brins de thym

Matériel nécessaire

De la ficelle de cuisine

1 mixeur

Préparation et réalisation

- 1- Envelopper le filet de lotte avec les tranches de poitrine et le ficeler comme un rôti.
- 2- Eplucher les carottes et les râper grossièrement. Eplucher l'ail.
- 3- Dans une sauteuse avec 20 gr de beurre faire colorer les filets, ajouter les carottes et l'ail presser et cuire 15 min au four à 200°.
- 4- Emincer les endives et les faire fondre avec 20 gr de beurre dans une poêle, assaisonner et ajouter le thym.
- 5- Débarrasser le filet et ajouter le jus d'orange, faire cuire sur le feu 5 min, ajouter la crème puis mettre dans le mixeur et mixer.
- 6- Couper le rôti de lotte en grosses tranches.

Conseils et astuces

Ajouter une poignée de raisins secs à la sauce.

Alice Délice

