

Merlu de ligne farci



Merlu de ligne farci

70g de carotte jaune	1 merlu de 750-850g
50g de carotte rouge	1 bouquet de thym
40g de courgette	½ bulbe de fenouil
70g d'épinards	1 gousse d'ail en chemise
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive	1 feuille de laurier
½ gousse d'ail	20g de foie de merlu
3g d'estragon	150g de fond blanc de volaille
40g de mie de pain	50g de jus de bœuf
50g de lait demi-écrémé	gros sel de Camargue
110g de chair de poisson blanc	poivre

La recette du chef **Gérald Passédat** - Pour 4 personnes

Laver et éplucher les carottes et la courgette, puis les détailler en brunoise. Laver les épinards, les égoutter et les couper en fine julienne. Faire chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse, ajouter ½ gousse d'ail hachée. Faire revenir la brunoise de carotte et ajouter la brunoise de courgette puis les épinards. Hacher l'estragon. Retirer la sauteuse du feu et ajouter alors l'estragon. Faire tremper la mie de pain dans le lait, puis la mixer avec la chair à poisson. Passer au tamis et mélanger cet appareil avec les brunnoises. Puis ajouter 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Rectifier l'assaisonnement et réserver au frais.

Ecailler, vider, conserver les foies. Inciser le merlu par le ventre, retirer l'arête centrale, désarêter. Rincer le merlu à l'eau froide, puis inciser le dessus des filets. Bourrer la tête avec le bouquet de thym et assaisonner l'intérieur du poisson.

Hacher le foie de merlu, puis ajouter la farce. Farcir le merlu et recoudre le ventre à l'aide d'une aiguille à brider. Disposer le merlu dans une sauteuse, ainsi que la garniture aromatique (fenouil, ail en chemise, laurier), assaisonner le merlu de gros sel de Camargue et de poivre du moulin, ajouter le fond blanc de volaille et le jus de bœuf. Cuire dans un four ventilé à 175°C pendant 15minutes, laisser reposer 1heure, réchauffer dans un four à 180°C puis dresser.

FICHE-CUISINE DU GRAND BANQUET DU 15 AOUT 2018 RÉALISÉ PAR LES CHEFS
GÉRALD PASSÉDAT, SÉBASTIEN DUGAST ET EMMANUEL PERRODIN
DANS LE CADRE DE L'EXPOSITION MANGER À L'OEIL AU MUCEM.

EN PARTENARIAT AVEC LE MÔLE PASSÉDAT, LES ŒUVRES CULINAIRES ORIGINALES ET
ALIMENTATION GÉNÉRALE. PHOTOGRAPHIE LUDOVIC ALUSSI