

L'ÉLÉGANCE CULINAIRE DEPUIS 1962



Royans®

QUENELLE COMME UN ÉCLAIR

Haddock, crème pâtissière au curry, carottes



QUENELLE COMME UN ÉCLAIR

Haddock, crème pâtissière au curry, carottes

CALCULÉE POUR 4 PORTIONS

INGREDIENTS

Coût / portion : *Accessible*

Temps de préparation : *45 min*

Temps de cuisson : *35 min*

- **4 Quenelles Royans 150g au beurre, brochet**

- 2 carottes

- 10g de beurre

- 1 càc rase de sucre

- 100g de haddock fumé

- 1 càc rases de curry doux

- 2 œufs entiers

- 40g de fécule de maïs

- 200mL de lait

- 200mL de crème liquide

- Sel

- Graines germées (brocolis par

ex) ou zeste d'un demi citron

vert

1. Préparation des quenelles

- ▶ Préchauffer le four à 200°C. Couper les quenelles en 2 dans le sens de la longueur. Les disposer sur une plaque couverte de papier sulfurisé, coté arrondi sur la plaque.
- ▶ Déposer une plaque perforée sur les quenelles : cela assurera un développement homogène des quenelles.
- ▶ Enfournier pour 35 min. Retirer la plaque et réserver

2. Préparation de la crème pâtissière au curry

- ▶ Mélanger l'œuf, la fécule, le curry puis saler. Ajouter le lait et la crème.
- ▶ Chauffer en fouettant continuellement.
- ▶ A épaississement, débarrasser dans cul de poule puis filmer au contact

3. Préparation des carottes

- ▶ Laver et éplucher les carottes. Les couper en rondelles de 2mm d'épaisseur.
- ▶ Dans un sautoir, mettre les carottes et couvrir à 1/3. Saler et ajouter le sucre et le beurre. Couvrir d'un papier sulfurisé.
- ▶ Cuire à feu frémissant pendant 6 à 10 minutes. Quand les carottes sont presque cuites, retirer le papier et faire évaporer l'eau pour enrober juste les carottes. Réserver

4. Dressage

- ▶ Disposer 2 demi quenelles par assiette.
- ▶ Mettre en poche la crème pâtissière et dresser sur les quenelles. Disposer des rondelles de carottes. Couper en dés le haddock et le répartir entre les carottes.
- ▶ Terminer en ajoutant le zeste de citron vert ou les graines germées.