

Dos de sandre rôti sur sa peau, asperges au Savennières

• Nombre de personnes : 2 personnes • Difficulté : Moyenne • Temps de préparation : 30 mn • Temps de cuisson : 10 mn



RESTAURANT L'ORCHIDEE

7, avenue du Commerce – 49130 Ste Gemmes sur Loire

Ingrédients :

- 2 pavés de sandre épais avec la peau (150 g pièce)
- 6 asperges vertes
- 2 oignons nouveaux
- 3 échalotes, grises de préférence
- 2 brins de cerfeuil
- 120 g de beurre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1/2 dl de bouillon de volaille
- 2 dl de Savennières
- Gros sel, sel fin et poivre du moulin



Préparation :

- Peler soigneusement 6 asperges vertes. Couper les pointes sur 5 à 6 cm de long, les ficeler en 2 bottes, et détailler les queues en sifflets de 2 à 3 mm d'épaisseur. Plonger les pointes d'asperges dans une casserole d'eau bouillante salée, les cuire 3 à 4 minutes environ. Vérifier leur cuisson en les piquant avec la pointe d'un couteau, celle-ci doit s'enfoncer facilement. Les rafraîchir ensuite dans de l'eau bien froide et les égoutter, ôter les ficelles.
- Peler et hacher 3 échalotes grises, chauffer avec 2 cl de Savennière et 1 dl de vinaigre de vin. Faire réduire puis mettre des petits morceaux de beurre avec un petit fouet. Saler et poivrer 2 pavés de sandre de chaque côté. Chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, ajouter et colorer les pavés de sandre sur feu vif en commençant par le côté peau, les

retourner à mi-cuisson.

- Saler et poivrer 2 pavés de sandre de chaque côté. Chauffer 1 cuillère à soupe d'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, ajouter et colorer les pavés de sandre sur feu vif en commençant par le côté peau, les retourner à mi-cuisson.
- Débarrasser les morceaux de sandre et les réserver 5 minutes sur une grille.
- Mettre un petit morceau de beurre dans une poêle, mettre les asperges chauffer doucement.
- Dresser

Conseil du Sommelier

Un Savennières s'impose sur ce mets aux saveurs de l'Anjou. Sa générosité et son caractère affirmé par la minéralité de son terroir s'harmoniseront avec subtilité pour le plus grand plaisir du palais.

Astuce du Chef

La cuisson du poisson est à point dès que la chair a entièrement blanchi.