



CUISINEZ COMME UN CHEF !



MERLU EN VIENNOISE DE CHORIZO, PREMIERS LEGUMES DE PRINTEMPS

Pour la réalisation de cette recette il est important d'avoir des légumes verts de saison de façon à jouer avec les couleurs de saison afin de dresser une assiette en rouge et vert.



INGRÉDIENTS :

4 pavés de merlu	150 g
Chorizo	200 g
Chapelure blanche (pain de mie)	400 g
Fèves	100 g
Petits pois	100 g
Pois gourmands	100 g
Oignons nouveaux	1 botte
Asperges vertes	4

VARIANTE :

Réaliser une viennoise
d'herbes sur une
concassée de tomate ou
encore avec une viennoise
d'olive noire sur un lit
d'asperge blanche pour
varier les goûts et jouer
avec les couleurs.



RÉALISATION :

GARNITURE :

Cuire les légumes 2 à 3 min à l'eau bouillante salée (ils sont tous de jeunes légumes et peuvent se consommer légèrement croquants)

Égoutter, réserver

VIENNOISE :

Faire sécher le chorizo (taillé finement) la veille dans un four doux 80°C ou th 3

Mixer le chorizo séché au mixeur et ajouter la chapelure blanche afin d'obtenir une chapelure bien rouge

Recouvrir la chair du merlu de cette chapelure et le cuire soit au four ou à la poêle à l'unilatérale

DRESSAGE :

Poser la garniture au centre de l'assiette et le merlu sur la garniture

Accompagner d'un beurre blanc d'une sauce vin blanc ou encore d'un jus de légumes réduit et relevé au citron ou au vinaigre

VARIANTE :

Réaliser cette même recette avec une viennoise d'herbes sur une concassée de tomate ou encore avec une viennoise d'olive noire sur un lit d'asperge blanche pour varier les goûts et jouer avec les couleurs