

- Provenance : Côte Ouest et Côte Est
- Catégorie : Poisson plat de fond (eau salée)
- Conservation : 3°C
- Filets : 3 à 4 jours
- Niveau de complexité : Un peu difficile
- Nombre de portions : 2
- Temps requis
Préparation : 30 minutes
Cuisson : 12 minutes

Ingédients :
 300 g (4 unités) Filet de sole
 150 g (12 unités) Champignons
 125 ml (1/2 tasse) Vin mousseux
 75 ml (1/3 tasse) Fumet de poisson
 75 ml (1/3 tasse) Crème 35%
 50 g (2 c. th.) Beurre
 Notre Meilleur
 30 g (2 unités) Échalote grise
 Sel (au goût)



Tresse de sole aux champignons et mousseux

1. Emincer la moitié des champignons et les 2 échalotes.
2. Séparer chaque filet en 2 pour avoir 6 lamères et les tresser 3 par 3.
3. Placer dans une assiette métallique beurrée les échalotes et les champignons émincés puis déposer dessus les tresses, saler et arroser avec 50 ml (3 c. th.) du vin mousseux. Couvrir et mettre sur un feu à médium pour débiter l'ébullition.
4. Placer ensuite au four préchauffé à 375°F pendant 10 à 12 minutes.
5. Pendant ce temps, faire bouillir le reste du vin mousseux, le fumet et les 6 champignons entiers jusqu'à réduction des 3/4.
6. Ajouter la crème, porter à ébullition et laisser mijoter 2 minutes. Ajouter ensuite le beurre froid en remuant sans arrêt.
7. Récupérer les soles avec les champignons et échalotes, napper avec la sauce et garnir des champignons entiers.

Les poissonneries

42



Tresse de sole aux champignons et mousseux