

Vol au vent de Bar à l'Ossau-Iraty, coulis de cresson iodé et piment d'Espelette

Pour 4 personnes
Préparation 45 min

Préparation

- Détailler la pâte feuilletée en carrés de 5 cm/5 cm. Passer la dorure (jaune d'œuf) au pinceau puis mettre au four 200°C pendant 15-20 min. Après la cuisson, détailler et creuser l'intérieur pour pouvoir les garnir.

Sauce verte et sauce blanche à l'Ossau-Iraty :

- Blanchir le cresson à l'eau bouillante salée 5 min puis refroidir dans de la glace, égoutter et mixer pour obtenir une purée lisse, réserver.
- Dans une casserole, faire réduire le fumet de moitié, ajouter la crème liquide, le beurre et 100 g d'Ossau-Iraty râpé. Séparer la sauce en deux, puis dans une partie ajouter la purée de cresson, le jus de citron, mixer et réserver. La sauce blanche restante servira à réchauffer le bar et les quenelles.

Quenelles de bar

- Mixer un filet de bar avec la crème, le blanc d'œuf et le beurre, rectifier l'assaisonnement puis façonner des petites quenelles à l'aide d'une cuillère et cuire au bain marie 2 min de chaque côté. Réserver.
- Détailler l'autre filet de bar en huit morceaux réguliers, les faire sauter à l'huile d'olive et au piment d'Espelette avec les gambas, les asperges vertes. Réchauffer les quenelles et les morceaux de bar dans la sauce blanche.
- Faire tomber à l'huile d'olive les pousses d'épinard.

Dressage

- Dans une assiette, mettre le vol-au-vent au milieu, le garnir des pousses d'épinard, des asperges, des quenelles, des gambas et des morceaux de bar.
- Verser le coulis de cresson autour, ajouter le piment d'Espelette, les pousses de betterave et le reste d'ossau iraty râpé.
- Finaliser le dressage avec les œufs de saumon et de hareng fumé.

Ingrédients

- 400 g de pâte feuilletée
- 1 filet de bar sans peau
- 4 Gambas
- 500 ml de fumet de poisson
- 50 ml de crème liquide
- 1 botte de cresson
- Jus de citron
- 50 g de Beurre
- 200 g d'Ossau-Iraty Istara râpé
- 1 cc de Piment d'Espelette
- 5 g de Pousses d'épinard
- 3 g de Pousse de betterave
- 8 asperges vertes
- 10g d'œuf de saumon
- 5g d'œuf de hareng fumé
- Sel/poivre
- 2 CS d'huile d'olive
- 1 Jaune d'œuf

Farce à quenelle

- 1 filet de bar sans peau
- 50 cl de crème liquide
- $\frac{1}{2}$ blanc d'œuf
- 10 g de beurre pommade