

Barbue à l'oseille

Pour 6 personnes.

1 barbue de 2 kg environ, 1,5 kg d'oseille (ou moitié oseille, moitié épinards), 20 cl de crème fraîche, 1 oignon, 1 carotte, 1 bouquet garni, sel, poivre, 1 bouteille de vin blanc sec mais fruité, 100 g de beurre, quelques tranches de pain, têtes et arêtes de soles.

Commencer par faire un bon fumet de poisson : mettre dans une sauteuse les têtes et les arêtes de soles, la carotte grattée et coupée en rondelles, l'oignon pelé et grossièrement émincé, le bouquet garni, sel et poivre; mouiller avec un litre d'un mélange en parties égales d'eau et de vin. Faire chauffer puis bouillir 20 minutes, laisser refroidir et passer.

Pendant ce temps, fendre la barbue tout le long de l'arête sur sa partie blanche, glisser soigneusement la lame de votre couteau le long de l'arête de façon à pouvoir soulever les filets. Inciser l'arête le plus près possible de la tête et de la queue, puis la retirer. Poser la barbue dans une poissonnière plate, verser le court-bouillon sur le poisson, faire doucement chauffer et laisser pocher 10 minutes environ.

Pendant ce temps, trier l'oseille, supprimer toutes les queues et la faire blanchir 2 minutes seulement à l'eau bouillante salée. L'égoutter, la presser et la hacher grossièrement. Reprendre la barbue avec précaution, la placer sur un plat supportant le four.

Réserver une grosse poignée d'oseille; mélanger le tiers de la crème à ce qui reste d'oseille, goûter et rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre. Soulever délicatement les filets de la barbue et remplir celle-ci d'oseille à la crème. Ajouter quelques parcelles de beurre et placer à four à peine chaud (140 °C).

Faire chauffer le reste de crème sans la laisser bouillir, la saler et la poivrer. Découper de petits morceaux de pain et les faire dorer vivement au beurre. Mélanger la crème chaude et l'oseille réservée préalablement finement hachée. Décorer la barbue de petits croûtons.

Servir la sauce à part, en saucière chaude.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1980 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.