

Filets de daurade au sabayon d'anis

Préparation : 20 mn, cuisson : 15 mn.

Pour 6 personnes.

6 filets de daurade avec la peau, 4 échalotes, 4 jaunes d'œufs, 20 cl de vin blanc sec, 1 c à café de pastis, 1 c à soupe de grains d'anis vert, 150 g de beurre, 1 c à soupe de farine, 2 c à soupe d'huile, sel, poivre.

Peler et hacher les échalotes. Les mettre dans une petite casserole avec le vin blanc. Laisser bouillir et réduire sur feu doux jusqu'à ce qu'il reste la valeur d'environ 3 c à soupe de liquide.

Entre-temps, inciser la peau des filets de daurade en croisillons. Fariner les filets seulement du côté de la peau. Chauffer l'huile dans une poêle anti-adhérente. Poser les filets de daurade, côté peau contre la poêle. Parsemer le dessus des filets de la moitié des grains d'anis. Laisser cuire 6 à 7 mn en couvrant la poêle à mi-cuisson, sans retourner les filets, puis assaisonner de sel et poivre.

Filtrer la réduction d'échalotes. L'allonger de 2 c à soupe d'eau. Ajouter les jaunes d'œufs et le reste d'anis vert. Fouetter sur feu doux ou au bain-marie jusqu'à ce que les jaunes soient crémeux.

Hors du feu, incorporer le beurre en parcelles. Parfumer de pastis. Présenter cette sauce en accompagnement des filets de daurade. Servir avec une poêlée de petites tomates revenues à l'huile d'olive.



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 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.