

Rougets à la nantaise

Préparation : 20 minutes, cuisson : 20 minutes.

Pour 4 personnes.

4 rougets très frais de 175 g chacun; 2 échalotes; 1 dl de vin blanc sec muscadet; 2 c à soupe de crème fraîche; 75 g de beurre; 2 c à soupe d'huile; sel et poivre.

Retirer les ouïes des rougets; essuyer les poissons dans un linge sans les laver; ne pas les vider s'ils sont très frais; à l'aide d'un couteau tranchant, pratiquer quelques incisions légères sur chaque face des poissons pour éviter qu'ils ne se brisent en cours de cuisson.

Eplucher les échalotes et les hacher très finement; faire chauffer le grill et faire ramollir le beurre sans le laisser fondre.

Mettre les échalotes et le vin blanc dans une casserole; saler, poivrer et faire réduire (évaporer) complètement le liquide.

Saler et poivrer les rougets; les badigeonner d'huile et les faire griller doucement pendant une douzaine de minutes en les retournant à mi-cuisson.

Lorsque le vin blanc est complètement réduit, ajouter la crème fraîche; la faire bouillir, puis, en remuant vivement avec un fouet, incorporer le beurre par petits morceaux en travaillant sur le feu; donner une ébullition en remuant et mettre le beurre blanc de côté.

Faire chauffer un plat de service; lorsque les rougets sont cuits, les dresser dans ce plat; tenir celui-ci au chaud.

Retirer les intestins et les foies des rougets; les hacher rapidement et les incorporer dans le beurre blanc; remuer vivement; vérifier l'assaisonnement; napper les rougets avec ce beurre et servir bien chaud.



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.