



LES QUENELLES DE BROCHET A LA LYONNAISE

De Paul Bocuse

Ingrédients : pour 4 personnes

180 g de chair de brochet (sans peau ni arête)
20 cl de lait
180 g de beurre extrafin
4 gros œufs +2 blancs
240 g de farine fluide
10 g de sel fin
2 pincées de poivre blanc moulu
1 pincée de noix de muscade
gros sel

Recette :

Chauffez le lait avec 40 g de beurre en morceaux dans une casserole à fond épais.
Dès l'ébullition, retirez du feu.
Incorporez la farine d'un coup seul coup.
Mélangez vivement.
Faites dessécher cette panade à feu très doux en tournant sans cesse : la panade a la consistance d'une pâte à pain bien sèche.
Laissez-la refroidir puis réfrigérez-la 1 heure.
Coupez la chair de brochet en morceaux.
Mixez finement.
Assaisonnez de sel, poivre et noix de muscade.
Passez-la à travers un tamis fin ou une passoire étamine en l'écrasant à l'aide d'une spatule.
Remettez-la dans le bol du robot avec les blancs d'œufs et la panade bien froide.
Faites tourner en ajoutant les œufs entiers l'un après l'autre puis le reste de beurre mou jusqu'à l'obtention d'un mélange émulsionné et mousseux.
Réservez dans un saladier.
Filmez et réfrigérez.
Portez à l'ébullition 2 l d'eau salée dans une sauteuse.
Baissez le feu.
Façonnez de grosses quenelles entre deux cuillères à soupe.
Faites-les pocher 12 à 15 min dans l'eau frémissante en les retournant à mi-cuisson.
Retirez-les avec une écumoire et égouttez-les sur un torchon.
Si vous les préparez à l'avance, réservez les quenelles dans un saladier rempli d'eau froide.
Après refroidissement, égouttez et placez au réfrigérateur.
Proposez ces quenelles à la crème, à la nantua ou en gratin.



Bon appétit