

TOURNEDOS DE TRUITE SAUMONÉE ET JAMBON DE BAYONNE, SAUCE AU CARI DOUX



(environ pour 8 personnes)

2 ½ lb (1,3 kg) de filet de truite saumonée, sans la peau
25 tranches de jambon de Bayonne ou de prosciutto coupées en lanières (env 1 po)
¼ tasse de vin blanc
2 échalotes grises finement hachées
¼ tasse de crème 35%
2 à 3 c. à thé de cari doux
½ tasse de beurre doux, coupé en morceaux
sel et poivre au goût
1 c. à thé d'huile d'olive
2 oignons verts finement hachés
fleur de sel, au goût
poivre du moulin, au goût

-Couper les filets de truite dans le sens de la longueur pour en faire des lanières d'environ 2,5 cm (1po)

-Refermer les lanières en deux afin d'obtenir des tournedos et les enrouler fermement avec 1 ou 2 tranches de jambon. Ficeler au besoin. Réserver.

-Dans une casserole, chauffer le vin blanc avec les échalotes à feu moyen jusqu'à ce que le liquide frémisses et faire réduire de moitié. Ajouter la crème et le cari, et laisser réduire à nouveau de moitié.

-Ajouter le beurre graduellement, sans arrêter de remuer. Une fois le beurre incorporer, éteindre le feu puis saler et poivrer. Réserver au chaud.

-Dans un grand poêlon chauffé à feu moyen-vif, verser l'huile d'olive et y mettre les tournedos. Faire cuire le poisson sur toutes les faces 10 minutes environ (ou moins, selon la cuisson désirée).

-Servir les tournedos aussitôt en les nappant de sauce au cari et parsemer d'oignons verts.

-Assaisonner de fleur de sel et poivrer.

Publier par: ***Le coin recettes de Jos***

(source : Chez soi)