

Truite au bleu Beurre mousseux

4 personnes

- Une truite vivante par personne
- Réaliser un court-bouillon :
 - o 2 litres d'eau
 - o 2 carottes coupées en rondelles
 - o 1 oignon entier clouté de cinq clous de girofle
 - o 1 bouquet garni (blanc de poireau, persil, thym, laurier)
 - o 1 oignon coupé en rondelles
 - o une vingtaine de grains de poivre
 - o trente grammes de gros selLaisser bouillir une heure

Tuer et vider les truites, les placer dans un plat avec un peu de vinaigre afin de faciliter le bleuissement.

Les plonger dans le court-bouillon feu éteint pendant 15 minutes.

Beurre mousseux :

Faire fondre 80 grammes de beurre dans 10 cl de court-bouillon. Fouetter au mixer pour le rendre mousseux (rectifier l'assaisonnement, sel, poivre).

Servir les truites bien chaudes et napper avec le beurre.

Accompagner soit de petits légumes tournés (pommes de terre, courgettes, carottes) soit d'un polenta au beaufort.