

Saltimbocca d'espadon, polenta crémeuse au Brugge d'Or et beurre noisette

Ingredienten:

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 filets d'espadon de 150 g chacun
- sel marin et poivre noir
- 8 feuilles de sauge
- 4 tranches de prosciutto
- 2 cs d'huile d'olive

Pour la polenta crémeuse

- 500 ml de lait
- 500 ml d'eau
- 200 g de polenta (précuite)
- 200 g de Brugge d'Or
- 2 dl de crème fraîche
- sel marin et poivre blanc

Pour le beurre noisette

- 90 g de beurre Brugge
- 4 brins de sauge, les feuilles uniquement
- jus d'1 citron
- sel marin

Préparation:

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Salez et poivrez les filets d'espadon. Déposez 2 feuilles de sauge sur chacun et enroulez-les de prosciutto. Disposez-les sur une plaque de cuisson tapissée de papier cuisson et aspergez d'huile d'olive. Faites cuire 15 à 20 minutes dans le four préchauffé.
3. Entre-temps, portez ensemble le lait et l'eau à ébullition. Tout en mélangeant, versez la polenta en pluie. Poursuivez la cuisson selon les indications figurant sur l'emballage. Incorporez-y le Brugge d'Or et mélangez jusqu'à ce qu'il ait fondu. Retirez du feu, mélangez avec la crème fraîche et rectifiez l'assaisonnement. Réservez au chaud.
4. Faites fondre le beurre Brugge dans une poêle. Ajoutez la sauge dès que la mousse disparaît. Faites revenir jusqu'à ce que les feuilles soient croustillantes (lorsque les bords commencent à se recroqueviller). Déposez sur du papier essuie-tout pour égoutter. Éteignez le feu dès que le beurre a bruné. Ajoutez le jus de citron et une pincée de sel.

Disposez un peu de polenta sur une assiette. Déposez-y le poisson. Versez quelques gouttes de beurre noisette et décorez avec les feuilles de sauge croustillantes.

4 personen

60 min

Plat principal

2

