LOTTE À L'AMÉRICAINE

« Filet de lotte cuit dans du fumet de poisson et escalopé, servi avec une sauce relevée réalisée à partir de crustacés. **Suggestions de garnitures d'accompagnement :** riz créole, pilaf, riz pilaf et riz sauvage, risotto au safran, fettucines à l'encre, tagliatelles aux herbes... »

DENRÉES POUR 8 COUVERTS	UNITÉS	QUANTITÉS
ÉLÉMENTS DE BASE		
- queue de lotte	kg	2,400
- beurre	kg	0,040
- échalotes	kg	0,040
FUMET DE POISSON*		
- beurre	kg	0,040
- échalotes	kg	0,040
- oignons	kg	0,080
- carottes (facultatif)	kg	0,080
- arêtes de poisson	kg	PM
- cartilages de lotte	kg	PM
- parures de champignons	kg	PM
- bouquet garni	pièce	1
- poivre en grains	kg	PM
SAUCE AMÉRICAINE		
- huile d'olive	l	0,02
- beurre	kg	0,020
- carapaces de crustacés	kg	0,800
ou		
- étrilles et tourteaux	kg	0,800
- carottes	kg	0,080
- oignons	kg	0,080
- échalotes	kg	0,040
- cognac	l	0,04
- vin blanc	l	0,08
- tomates	kg	0,400
- concentré de tomates	kg	0,040
- ail (4 gousses)	kg	0,020
- bouquet garni	pièce	1
- estragon	botte	1/4
LIAISON DE LA SAUCE (ROUX BLOND OU BEURRE MANIÉ)		
- beurre	kg	0,040
- farine	kg	0,040
FINITION		
- beurre	kg	0,040
- estragon	botte	1/4
- cerfeuil	botte	1/4
- cognac	l	PM
ASSAISONNEMENT		
- sel fin		PM
- poivre du moulin		PM
- piment de Cayenne		PM
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION : 1 H 35 MIN		
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES FILETS DE LOTTE : 18 À 22 MIN		

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la lotte - 10 min (voir p. 248/249)
Dépouiller, dénerver, lever et parer les deux filets de lotte.
Rincer et égoutter soigneusement les filets, puis les réserver en enceinte réfrigérée.
Concasser, rincer et mettre les arêtes (cartilages) à dégorger durant quelques minutes sous un filet d'eau froide (voir p. 248/249).

3. Éplucher et laver tous les légumes des garnitures aromatiques - 10 min

4. Réaliser le fumet de poisson* - 10 min
Sa réalisation n'est pas indispensable, les arêtes peuvent être ajoutées directement dans la sauce américaine.

5. Réaliser la sauce américaine - 30 min (voir p. 398 à 400)
Dégorger, laver, brosser les étrilles, puis les égoutter soigneusement.
Tailler en fine brunoise les carottes et les oignons (en petits dés).
Ciseler finement les échalotes et en réserver la moitié pour la cuisson de la lotte.
Éliminer le germe et écraser les gousses d'ail.
Concasser les tomates.
Confectionner le bouquet garni.
Chauffer fortement dans une grande sauteuse l'huile et le beurre.
Ajouter les étrilles ou les carapaces de crustacés.
Faire sauter vivement les carapaces jusqu'à ce qu'elles deviennent rouge vif.
Dégraisser et ajouter la garniture aromatique.
Faire suer doucement pendant quelques minutes.
Flamber avec le cognac.
Ajouter le vin blanc, puis le laisser réduire.
Concasser et broyer les carapaces de crustacés ou les étrilles à l'aide d'un pilon.
Mouiller avec le fumet de poisson (ou ajouter les arêtes).
Ajouter les tomates concassées, le concentré de tomates, l'ail, le bouquet garni et l'estragon.
Assaisonner avec le sel fin et le piment de Cayenne.
Cuire à découvert durant 30 min environ, et écumer si nécessaire.

6. Marquer les filets de lotte en cuisson - 5 min
Disposer les filets de lotte dans une plaque à poisson beurrée, salée, poivrée et parsemée d'échalotes ciselées.
Mouiller avec un peu de fumet de poisson et recouvrir les filets avec une feuille de papier sulfurisé beurrée.
Cuire à four doux (160/170 °C) pendant 18 à 22 minutes suivant l'épaisseur des filets.

7. Terminer la sauce américaine - 10 min
Passer le fond de sauce au chinois en foulant fortement.
Ajouter la cuisson de la lotte et laisser réduire l'ensemble de moitié.
Lier la sauce soit avec un roux blond, soit avec un peu de beurre manié.
Laisser cuire à nouveau pendant une dizaine de minutes.
Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
Passer la sauce au chinois étamine et la monter au beurre.
Réserver la sauce américaine à couvert au bain-marie.

8. Dresser la lotte à l'américaine - 5 min
Escaloper les filets de lotte, et disposer les tranches sur le plat de service, en les chevauchant légèrement.
Napper uniformément, et parsemer de cerfeuil et d'estragon fraîchement hachés.

Propriété des Editions BPI- Reproduction interdite

FICHE 61

Résultat

Médaillons de lotte à l'américaine

MÉDAILLONS DE LOTTE NEW-BURG

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la lotte (voir p. 248/249)

Dépouiller, dénerver, lever et parer les filets d'une lotte de 2,400 kg.

Rincer les filets, et les réserver au froid.

Concasser et faire dégorger les arêtes.

3. Confectionner un fumet de poisson (voir « Lotte à l'américaine »)

4. Réaliser la sauce New-burg

Réaliser la sauce américaine (voir page précédente).

Flamber les carapaces avec le cognac et déglacer avec 0,20 l de marsala, puis le réduire avant de mouiller avec le fumet de poisson.

5. Pocher une queue de homard de 0,300 kg dans le fond d'américaine

La décortiquer et la réserver au chaud avec un peu de fond d'américaine et de marsala.

6. Marquer les filets de lotte en cuisson

Les pocher à court-mouillement avec un peu de fumet.

7. Marquer un riz pilaf en cuisson (voir p. 500/501)

8. Terminer la sauce New-burg

Passer la sauce au chinois ordinaire en foulant fortement.

La lier avec du beurre manié.

Ajouter 0,20 l de crème fleurette. Laisser réduire quelques minutes.

Repasser au chinois étamine et réserver au bain-marie.

9. Dresser les médaillons de lotte New-burg

Napper le fond des assiettes avec la sauce New-burg.

Tailler les filets de lotte en médaillons réguliers. En dresser deux par assiette.

Disposer le riz moulé sur le côté.

Couper la queue de homard en fines tranches. Les disposer entre les médaillons de lotte.

Disposer des fleurons et servir très chaud.

VARIANTE EN VIDÉO
Filet de lotte rôti sauce américaine
www.bpi-campus.com

MATÉRIEL

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 pilon
- 1 chinois étamine
- 2 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 chinois ordinaire
- 1 petit bain-marie

CUISSON

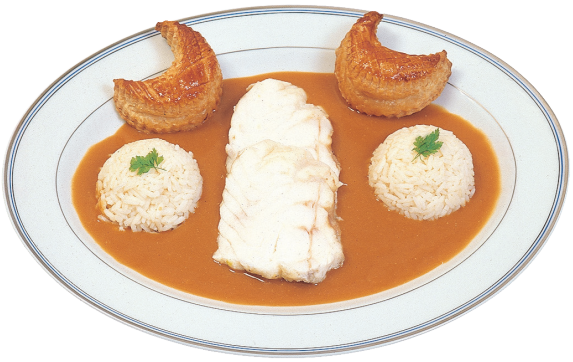
- 1 rondeau plat ou 1 grande sauteuse
- 1 sauteuse moyenne
- 1 grande plaque à poisson ovale

DRESSAGE

- plaques à poissons ovales (bi-métal)
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

Résultat

Médaillons de lotte New-burg



PLATS SIMILAIRES

Filets de sole à l'américaine

- Plier les filets de sole et les pocher à court-mouillement avec vin blanc et fumet de poisson.
- Les dresser en couronne sur un grand plat rond. Disposer une escalope de homard à l'américaine sur chaque filet.
- Napper uniformément avec la sauce américaine du homard.

Filets de sole Grimaldi

- Filets de sole pliés et dressés en couronne autour d'un dôme de spaghettis liés à la sauce Nantua fortement crémée, additionnés d'une brunoise de queues d'écrevisses et de truffes.
- Napper les filets de sole de sauce Nantua.
- Disposer une lame de truffe sur chaque filet de sole.

Filets de sole Beaumanoir

- Filets de sole pochés au court-mouillement.
- Napper moitié sauce vin blanc, moitié sauce américaine.
- Garnir d'huîtres pochées, ébarbées, enrobées de glace de poisson panées à l'anglaise et frites.
- Déposer une lame de truffe sur chaque filet de sole.

Filets de sole New-burg

- Filets de sole pochés au court-mouillement avec marsala ou madère et fumet de poisson.
- Napper de sauce américaine crémée, additionnée de la cuisson réduite des filets de sole.
- Garnir d'escalopes de homard New-burg.

Propriété des Editions BPI- Reproduction interdite