

ROMANDIE

FILETS DE PERCHE DU CHEF

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 720 g de filets de perche
- 40 g de beurre
- Huile de colza
- Pour le beurre blanc
- 100 g d'échalote ciselée
- 12 cl de vinaigre blanc
- 15 cl de vin blanc
- 150 g de beurre très froid
- Sel, poivre

Préparation:

Commencer par le beurre blanc. Mettre l'échalote dans une casserole avec le vinaigre et le vin. Réduire à sec.

Couper le beurre en petits morceaux. L'ajouter en une seule fois à l'échalote. Fouetter énergiquement jusqu'à ce que le mélange soit totalement émulsionné. Assaisonner. Réserver.

Faire chauffer une grande sauteuse avec un peu d'huile de colza. Y déposer les filets côté chair. Augmenter le feu et colorer les filets sur les deux faces. L'opération prend environ 6 minutes. Saler et poivrer parcimonieusement.

Dresser les filets harmonieusement dans les assiettes avec un quartier de citron et une tomate cerise confite.

Accompagner de frites et de légumes de saison.

