



Poissons

Filet de daurade vigneronne



1h35 **30 min** **5 min** **1h** **318**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la sauce vigneronne

2 dl **Vin blanc**
20 g **Sucre semoule**
1 **Echalote(s)**
250 g **Raisin noir**
1 dl **Fond brun de veau**
5 cl **Crème liquide (fleurette)**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour les filets de daurade

4 **Filet(s) de daurade**

Étape 1

Préparation du filet de daurade vigneronne

- 1 Parer et laver les filets, ôter la peau.
- 2 Réserver les filets sur une plaque recouverte d'une feuille de papier sulfurisé.
- 3 Peler les grains de raisin et faire mariner pendant 1 heure dans le vin blanc.
- 4 Dans une casserole, rassembler l'échalote ciselée, le sucre, le vin blanc de la marinade et porter à ébullition.
- 5 Laisser réduire au 3/4, ajouter le fond de veau, incorporer la crème sans reporter à ébullition mais juste à frémissement.
- 6 Vérifier l'assaisonnement et ajouter les grains de raisin. Réserver au chaud.
- 7 Enfourner les filets au four sans matière grasse à 220°C (Th.7-8) pendant 5 minutes.

Étape 2

Dressage

- 1 Sortir les filets du four et les dresser sur des assiettes.
- 2 Napper les filets avec la sauce et décorer avec un grain de raisin coupé en deux puis servir.