



Oeufs

Oeufs pochés au chinon ou au sancerre rouge



50 min **20 min** **30 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

419

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Pour les oeufs pochés

4 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
50 cl **Vin rouge**
1 c. à café **Vinaigre d'alcool blanc**
1 c. à café **Gros sel**
30 g **Beurre**
30 g **Farine**
8 tranche(s) **Pain(s) de campagne**
1 botte(s) **Persil plat**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Pochage des oeufs

- 1 Faire bouillir le vin avec le vinaigre blanc et le gros sel ordinaire jusqu'à franche ébullition.
- 2 Diminuer le thermostat jusqu'à obtenir un frémissement régulier.
- 3 Casser un oeuf dans la tasse et le glisser tout doucement dans le vin frémissant.
- 4 Le blanc ne doit pas s'éparpiller dans l'eau mais se replier autour du jaune.
- 5 A l'aide de deux cuillères, pincer les bords du blanc afin de bien le souder.
- 6 A l'aide d'une écumoire, sortir l'oeuf. Il est à la juste cuisson quand le blanc est ferme et non caoutchouteux.
- 7 Le plonger dans un bol d'eau froide pour arrêter la cuisson et le rincer du vinaigre.
- 8 Ebarber l'oeuf au couteau pour lui donner une forme régulière. Réserver au chaud.
- 9 Répéter l'opération avec tous les oeufs.
- 10 Pour remettre les oeufs à température, les laisser 3

minutes dans une casserole d'eau à légère ébullition.

Étape 2

Préparation de la sauce au vin rouge

- 1 Dans une casserole, faire fondre le beurre.
- 2 Verser la farine et faire cuire en fouettant pendant 3 minutes jusqu'à ce que le roux soit bien homogène.
- 3 Verser le vin sur le roux et délayer sur feu doux en fouettant légèrement pour bien lier et épaissir la sauce.
- 4 Assaisonner de sel et de poivre puis ôter du feu.

Étape 3

Dressage

- 1 Griller les tranches de pain à l'aide d'un toasteur.
- 2 Disposer les tranches de pain dans des assiettes de service.
- 3 Déposer un œuf poché dessus et napper de sauce.
- 4 Ciseler le persil avec les ciseaux et en parsemer l'assiette. Servir aussitôt.