

Médailon de Lotte lardée au Jambon de Bayonne et carottes nouvelles

Par Julien Duboué

Pour 4 personnes

Matériel nécessaire :

- Mandoline japonaise
- Planche
- Couteau
- Poêle
- Plat pour débarrasser les épinards
- Ficelle à rôtir
- Casserole
- Économe
- Ciseau
- Assiette pour le dressage

Ingrédients :

- | | |
|--|---------------------------|
| ● Queue de Lotte dans laquelle | 1 queue / 200 gr par pers |
| ● Carottes fanes | 5 pièces |
| ● Pousses d'épinards | 500 gr |
| ● Gousse d'ail | 1 pièce |
| ● Beurre | 1 noisette |
| ● Thym | 1 branche |
| ● Jambon de Bayonne | 8 tranches assez longues |
| ● Carottes taillées très finement dans la longueur | 2 pièces |

Déroulé de la recette :

- Dans une poêle, faire fondre une noisette de beurre avec une pincée de sel, une pincée de poivre, une branche de thym, une gousse d'ail détaillée. Puis une fois le beurre fondu, y déposer les pousses d'épinards. (en garder 6 pour le dressage)
- Lorsque les pousses d'épinards sont bien ramollies, débarrasser dans un plat puis faire refroidir au réfrigérateur.
- Détailler 2 beaux pavés de lotte en prenant bien soin de retirer la peau de la lotte (partie la plus sombre)
- Une fois les pavés détaillés, faire un trou à l'aide d'un couteau dans la longueur du pavé puis y insérer la tombée de pousses d'épinards qui aura refroidi.

- Sur une planche, déposer les tranches de jambon de Bayonne les unes à côté des autres afin qu'elles se chevauchent d'un cm. Puis faire la même chose avec les tranches de carottes. Y déposer le pavé de lotte, en y saupoudrant d'une pincée de piment d'Espelette.
- Puis rouler les tranches de jambon de Bayonne ainsi que les carottes autour du pavé afin de former qu'un seul et même morceau. Dans un second temps, se munir de ficelle à rôtir puis ficeler le tout une première fois dans le sens de la longueur puis plusieurs fois dans le sens de la largeur.
- Faire revenir une bonne noisette de beurre et un beau filet d'huile d'olive dans une casserole, avec une gousse d'ail et une branche de thym.
- Une fois le beurre fondu, y déposer le « rôti » de lotte, lardé de jambon de Bayonne et de carottes.
- Faire colorer toutes les faces puis arroser de temps en temps avec l'excédent de matière grasse.
- En parallèle, lancer en cuisson les carottes fanes, les éplucher, couper les fanes en laissant 2 cm de longueur. Puis les faire revenir dans une poêle avec une noisette de beurre, de l'huile d'olive, du sel, du poivre et une pincée de piment d'Espelette.

Dressage :

- Une fois le « rôti » de jambon de Bayonne cuit et les carottes aussi. Sortir le tout du feu, ôter les ficelles du rôti puis détailler des tranches de 2,5 cm qui seront disposées dans une assiette avec quelques carottes fanes.