

Mille-feuille de nos côtes

Par Gaspar BIA, 9 ans

Ingrédients :

- 800 gr de filets de merlan
- 6 pommes de terre nouvelles
- 6 carottes nouvelles
- 500 gr d'épinards frais
- 200 gr de jeunes pousses de salade
- 10 fines tranches de bacon
- 1 rouleau de pâte feuilletée
- Court-bouillon de poisson
- Ciboulette, thym, laurier
- Huile d'olive
- Vinaigre balsamique
- Crème balsamique
- Sel, poivre
- Red pepper mill

Préparation :

- 1. Eplucher, laver et couper les pommes de terre et les carottes
- 2. Faire un court-bouillon (thym, laurier, court-bouillon, sel) et y cuire les carottes
- 3. Préparer les épinards, les cuire dans le panier vapeur de la cocotte et réserver
- 4. Faire cuire les pommes de terre dans le jus de cuisson des épinards
- 5. Préparer la purée de pommes de terre au mixer (lait, sel et poivre) et ajouter le bacon émincé.
- 6. Préparer la purée de carottes, pommes de terre, sel et poivre.
- 7. Plonger les filets de merlan environ 2mn dans le court-bouillon
- 8. Couper 4 rectangles de pâte feuilletée, y mettre une lamelle de bacon, saler et poivrer. Faire cuire dans le four à 200°
- 9. Dans un emporte-pièce, superposer un lit de merlan, un lit de purée de pomme de terre, un lit de bacon, un lit d'épinards, un lit de purée de carottes.