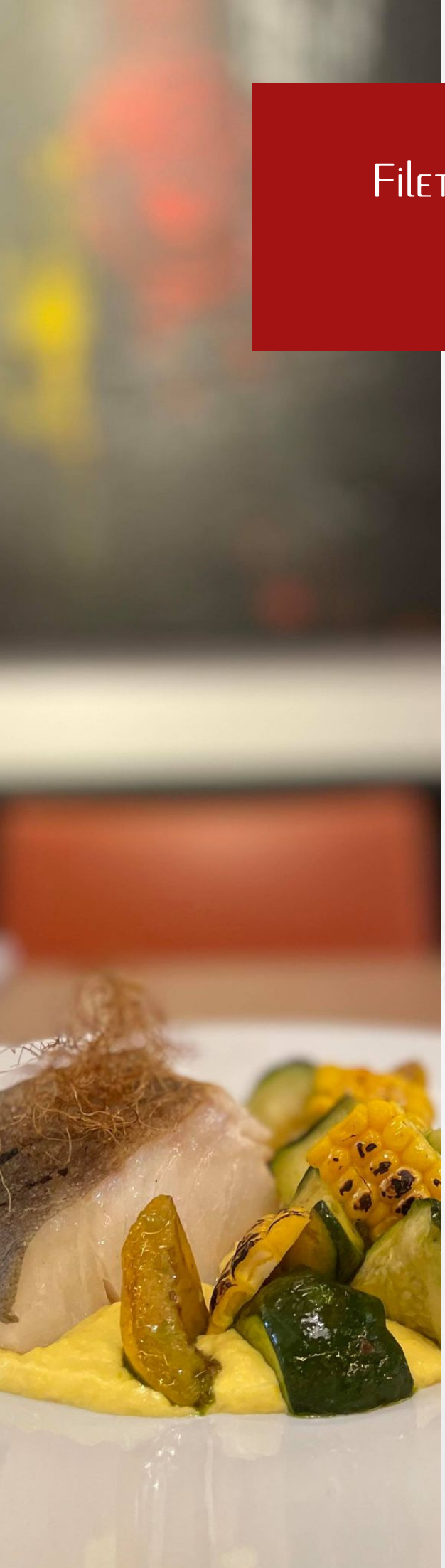


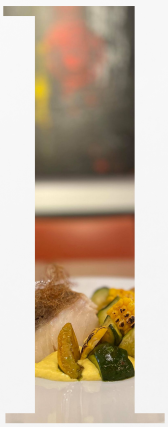
Filet de cabillaud, courgettes à l'estragon et maïs

Pour 4 personnes

****

4 morceaux de filet de cabillaud
2 bottes d'estragon
2 courgettes verte et jaune
3 épisde maïs
1 c.c pate de curry vert
10cl d'huile d'olive

****



Préparation

- Blanchir les épis de maïs, les égrainer puis les mixer longuement. Rectifier l'assaisonnement.
- Couper les courgettes en tronçons irréguliers, puis les rôtir à la plancha ou au four.
- Effeuiller les bottes d'estragon, puis la mixer avec la pâte de curry vert et monter le tout à l'huile d'olive.
- Saisir le filet de cabillaud côté peau, puis finir la cuisson au four.

Dressage

- Disposer deux bonnes cuillères de crémeux de maïs au centre de l'assiette.
- Mélanger les courgettes rôties avec le pesto de curry/estragon, les disposer harmonieusement.
- Disposer des morceaux de maïs juste grillés par dessus, puis le filet de cabillaud.

Recette proposée par notre Chef
Antoine Fritsch
Le Cornichon Masqué - Strasbourg (67)