

Toute l'année

Bûche de la mer à la julienne

et graines de lin noir



Bûche de la mer à la julienne

et graines de lin noir



Préparation: 15 minutes – A préparer la veille

Cuisson: 20 à 25 minutes

Pour 4 personnes: 600 g de julienne, 6 œufs, 20 cl de crème fraîche liquide, 1 cuillère à soupe de fécule de pomme de terre ou maïs, sel, poivre du moulin, 1 cuillère à soupe de graines de lin noir, 1 cuillère à soupe de ciboulette hachée, 1 échalote, 100 g de potiron coupé en cubes, 20 g de beurre, le jus d'un demi citron, 4 feuilles de Nori

- Ciselez finement l'échalote. Dans une casserole, faites-la revenir avec le beurre et ajoutez le potiron. Salez, poivrez et laissez fondre à feu très doux 5 à 8 minutes. Mixez et réservez.
- Enlevez les arêtes de la julienne. Réservez-en 200 g en filet et coupez le reste en gros cubes. Passez au mixeur les cubes de julienne avec œufs, crème, fécule, jus de citron. Salez, poivrez. Versez dans un saladier et mélangez avec le potiron. Ajoutez graines de lin et ciboulette.
- Préchauffez le four à 180°C, mettez-y le bain-marie.
- Chemisez le moule d'un papier film alimentaire, remplissez-le à moitié de la préparation de poisson puis déposez les filets de julienne coupés préalablement en lamelles. Recouvrez de la farce restante et placez dans le bain-marie au four. Laissez cuire 20 à 25 min.
- Laissez refroidir. Une fois froide, mettre la bûche de la mer une nuit au réfrigérateur afin qu'elle durcisse suffisamment. Démoulez et enlevez le film. Tapissez ensuite de feuilles de Nori.
- Coupez en tranches et parsemez de graines de lin noir avant de servir.



PAVILLON FRANCE est la marque des produits de la pêche française: plus de 200 espèces de poissons, coquillages et crustacés qui varient au rythme des saisons. Du bateau à l'assiette, c'est simple de savourer les produits de la pêche française avec Pavillon France.


Vous pouvez également diversifier les poissons et la servir avec une sauce aux coques que vous trouverez sur notre site internet.



La marque des produits de la pêche française

www.pavillonfrance.fr