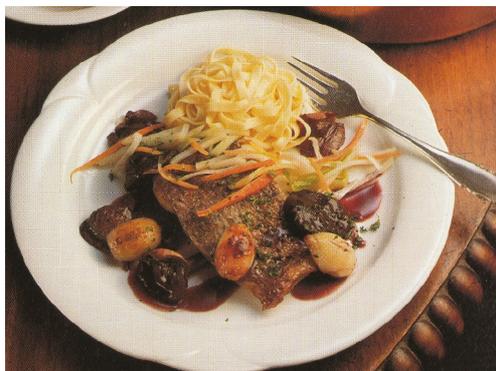


Filet de brochet au pinot noir

Recette de Victor Imfeld pour 4 à 6 personnes



- 600 g de filet de brochet sans arêtes et sans peau
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de beurre
- sel et poivre fraîchement moulu
- un peu de farine
- 4 à 6 échalotes entières
- 4 à 6 petits champignons de Paris (ou autres)
- 3 dl de pinot noir
- 1 dl de fond de poisson
- un peu de beurre glacé
- 1 c. à soupe de persil haché

Chauffer le beurre et l'huile d'olive dans une poêle et y déposer les filets de poisson épicés et légèrement farinés sur le côté de la chair. Au bout de 2 min, retourner **délicatement** les morceaux à l'aide d'une large spatule.

Ajouter les échalotes pelées et lavées ainsi que les champignons et poursuivre le rôtissage durant quelques instants.

Déglacer **avec la moitié** du vin rouge et laisser braiser le tout **durant 3 min environ**. **Sortir le poisson avec précaution et le maintenir au chaud à couvert.**

Ajouter le reste de pinot noir ainsi que le fond de poisson et faire réduire le tout de moitié. Lier la sauce en incorporant quelques flocons de beurre au fouet.

Servir le poisson dans la poêle après l'avoir nappé de sauce, ou directement sur des assiettes chaudes, avec les nouilles et la sauce. Parsemer de persil.

Ne jamais oublier que le poisson est un mets fin et, une fois qu'il est cuit, il faut le traiter avec beaucoup de délicatesse en se servant d'une grande spatule.