

Blanquette de limande aux légumes printaniers.

4 personnes :

**Ingrédients : 4 limandes ,1 botte de carottes nouvelles,
1 botte de navets nouveaux ,12 petits oignons frais
8 pommes de terre nouvelles ,1 sachet de court-bouillon en poudre
15 cl de vin blanc sec ,20 cl de crème fraîche épaisse ,50 gr de beurre
25 gr de farine ,1 jaune d'œuf, le jus d'un citron ,1 bouquet de ciboulette
sel , poivre**

Demandez au poissonnier de lever les filets de limande, récupérez les parures
Pelez les oignons, grattez les autres légumes, laissez un plumet vert aux
carottes, navets et oignons, lavez les.

Faites cuire, à l'eau bouillante salée ,15 mn les pommes de terre, les navets,
10 mn les carottes ,5 mn les oignons, puis égouttez

Dans une sauteuse, faites revenir les oignons avec une noix de beurre, puis
mettez les autres légumes à étuver doucement.

Pendant ce temps, faites bouillir 50 cl d'eau avec le vin, le court –bouillon et les
parures de poisson.

Roulez les filets de limande, maintenez-les avec des piques de bois.
Plongez -les 5 mn dans le liquide frémissant, égouttez -les et filtrez 50 cl du
bouillon.

Faites fondre le reste de beurre dans une casserole, jetez la farine et remuez
vivement 1 à 2 mn, pour obtenir un roux.

Versez le bouillon filtré en fouettant sur feu doux, jusqu'à épaississement de la
Sauce, ajoutez la moitié de la crème, salez, poivrez, mélangez.

Versez la sauce sur les légumes, puis faites y réchauffer les filets roulés 30 mn .

Dans un bol battez le reste de crème avec le jaune d'œuf et le jus de citron
Puis hors du feu incorporez ce mélange dans la sauteuse,
parsemez de ciboulette ciselée.

Servez de suite