

LOTTE SAUCE À L'AMÉRICAIN

Ingrédients

- 800 g de lotte coupée en darnes épaisses
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 10 cl de cognac
- 15 cl de vin blanc sec
- 1 grosse boîte de pulpe de tomates
- 2 cuil. à soupe de concentré de tomates
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 morceau d'écorce d'orange séchée
- 75 g de sucre en poudre
- 50 g de farine
- 1 pincée de noix muscade
- Tabasco
- 1/2 bouquet de persil plat
- sel poivre
-



Étapes

1. Pelez et émincez les oignons et l'ail. Farinez les darnes de lotte. Faites chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile dans une sauteuse, mettez-y les darnes à dorer de chaque côté. Arrosez-les de 5 cl de cognac préalablement réchauffé et faites-les flamber. Égouttez-les, réservez.
2. A la place de la lotte, faites dorer les oignons et l'ail, en rajoutant un peu d'huile si nécessaire. Ajoutez les tomates égouttées, le concentré, le vin blanc et le reste de cognac. Salez, poivrez, parfumez de muscade et relevez de quelques gouttes de Tabasco. Remuez 5 min sur feu moyen.
3. Préparez un caramel avec le sucre et 1 cuillerée à soupe d'eau. Dès qu'il blondit, mélangez-le à la sauce dans la sauteuse. Ajoutez l'écorce d'orange et la lotte. Remuez doucement et laissez mijoter 15 min.
4. Servez très chaud, après avoir parsemé le plat de persil ciselé. Accompagnez de riz créole ou d'un mélange de riz blanc et riz sauvage.

Le bon accord vin

Couleur du vin : blanc
Appellation : un Pouilly-Fuissé
Région : Bourgogne