

ROTI DE LOTTE FARCI AU SARRASIN BARDE DE LARD FUME ET CHOU-FLEUR GRILLE

Pour 4 personnes :

- 750g de rattes du Touquet
- 1 oignon
- 2 feuilles de laurier
- 30g de beurre demi-sel
- 15 fines tranches de lard fumé
- 1 bouquet de thym
- 3 belles branches de persil frais
- 1 queue de lotte sans arêtes de 700g environ
- 1 petit chou-fleur
- sel poivre



Préchauffez le four à 180°. Épluchez les pommes de terre et l'oignon, puis détaillez-les en rondelles. Répartissez-les dans un plat au four avec le laurier. Ajoutez quelques noisettes de beurre, salez, poivrez, puis enfournez pour 15 min

Pendant ce temps déposez les tranches de lard sur le plan de travail en les chevauchant légèrement. Mélangez le thym et le persil haché. Découpez le poisson en deux morceaux de taille à peu près identique. salez, poivrez, répartissez la préparation sur un des deux morceaux de poisson, puis couvrez avec la seconde moitié. Déposez la lotte sur le lard, puis bardez le rôti avec le lard et ficelez l'ensemble. Dressez le poisson dans le plat à four, puis poursuivez la cuisson pendant 30 min. pendant ce temps, rincez et séchez le chou-fleur, puis coupez-le en fines tranches. Grillez-les rapidement dans une poêle avec le restant du beurre. A la sortie du four, ajoutez le chou-fleur dans le plat et dégustez sans attendre.