

CASSOULET DE LA MER ET SA VINAIGRETTE TIEDE

4 PERSONNES

- 400 gr de haricots de Soissons ou Tarbais ou Cocos
- 1 oignon
- 1 carotte
- 2 gousses d'ail
- Ciboulette
- 1 poivron rouge
- 15 cl de vinaigre de Xérès
- 15 cl de sauce de Soja
- 25 cl d'huile d'olive
- Sel & poivre
- Fond de veau
- Thym & laurier
- 200 g de saumon
- 200 g de julienne
- 200 g de lieu
- 12 moules
- Lardons
- 10 cl de vin blanc



La veille, faire tremper les haricots.

Ensuite faire suer dans la graisse d'oie (si vous avez) l'oignon et la carotte.

Ajouter les lardons, les haricots, le bouquet garni et 1 ail. Couvrir d'eau et faire cuire.

Pendant ce temps, faire ouvrir les moules avec du vin blanc. Cuire tous les poissons en veillant à tenir une cuisson légère pour éviter une sur-cuisson qui les rendrait secs.

Tenir au chaud à couvert.

Monter la vinaigrette tiède et peler le poivron rouge.

Faire réduire environ 10cl de fond de veau dans une casserole, ajouter vinaigre de Xérès, sauce soja et un peu du jus de cuisson des haricots. Faire monter à l'huile d'olive. Terminer en ajoutant des dés de poivron et la ciboulette ciselée. Réserver dans un endroit chaud ou tiède.

Les haricots étant cuits, dresser les assiettes. Avec un cercle, poser au centre de l'assiette quelques haricots autour des poissons cuits. Piquer une moule au centre et napper les poissons avec la vinaigrette tiède.