

Oeufs à la neige de la mer sur son velouté de fèves



Préparation : 20 mn

Cuisson : 20 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

800 g de fèves fraîches ou 300 g de fèves surgelées pelées

200 g de saumon fumé

1 citron

3 branches d'aneth

4 oeufs (4 jaunes et 2 blancs)

50 cl de lait

25 g de beurre

Sel et poivre du moulin

Si les fèves sont fraîches, une fois écosées, les ébouillanter 1 mn dans de l'eau salée, les égoutter, les rafraîchir sous l'eau froide et retirer leur peau en les pressant entre le pouce et l'index. Si elles sont surgelées faire comme indiqué sur le paquet . Une fois les fèves cuites en mixer une bonne moitié pour obtenir une purée.

Râper le zeste du citron et lui ajouter l'aneth ciselé en en réservant quelques feuilles pour la décoration. Presser le jus du citron et réserver.

Chauffer le lait à ébullition avec le zeste de citron à l'aneth. Monter les 2 blancs en neige avec une pincée de sel et faire pocher de grosses cuillerées de blanc en neige dans le lait frémissant en les retournant à mi-cuisson (voir conseil plus bas). Les égoutter sur un torchon propre.

Dans un bol délayer un peu de lait avec les jaunes d'œufs , saler et poivrer et verser dans la casserole contenant le reste du lait en remuant. Faire chauffer pour épaissir sans dépasser 84° comme une crème anglaise. Hors du feu incorporer la purée de fèves et le jus de citron. Vérifier l'assaisonnement.

Réchauffer le reste de fèves à la poêle dans le beurre. Verser le velouté de fèves dans des coupelles, répartir les blancs pochés, les fèves poêlées et le saumon fumé coupé en lamelles. Décorer d'aneth et servir tiède ou froid.

Conseil : je cuis les blancs d'oeuf moulés à la cuillère un par un une dizaine de secondes à 900 watts au M.O. C'est plus rapide et plus simple et le lait n'est pas sali par le blanc d'oeuf. Autrement je vous conseille de filtrer le lait avant de l'utiliser pour faire le velouté.

Péché de gourmandise <http://pechedegourmand.canalblog.com>