



Recette

Safran de Val

Lotte au Safran

Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 queue de lotte de 800 g dépouillée
- 2 pommes à chair ferme
- 1 orange
- 2 bottes de carottes fanes
- 2 fois 20 cl de crème
- 20 g de beurre
- 10 brins de coriandre
- 25 filaments de safran
- Sel, ½ cuillère à café de sucre, poivre

Préparation :

- Quelques heures auparavant, disposez les filaments de safran dans 20 cl de crème fraîche et réservez au frais.
- Epépinez les pommes et coupez les en gros dès. Mettre la lotte dans un plat avec les pommes autour.
- Mélangez 20 cl de crème fraîche, sel, poivre et nappez en la lotte puis enfournez à 200 ° C pendant 20 min en l'arrosant régulièrement de son jus de cuisson. Pelez les carottes et coupez-les en deux. Les disposez dans une sauteuse avec le beurre, le sucre et 3 pincées de sel et ajoutez de l'eau à hauteur. Portez à ébullition et laissez cuire à découvert 15 min. Arrosez les du jus d'orange et laissez réduire.
- Tranchez la lotte, ajoutez les carottes puis les pommes et la crème fraîche safranée.
- Servir parsemé de pluches de coriandre.

