

# **STEAK DE CARPE DE LOIRE POËLÉ** **ET SA FRICASSÉE DE GIROLLES FRAÎCHES ET D'ANDOUILLE** **(Recette inspirée par Jean BARDET)**

## **Ingrédients pour 4 personnes :**

1 carpe miroir de Loire de 2 kg environ

500 g de girolles fraîches de Sologne

100 g de beurre de baratte

QS huile de noisette et huile d'olive

4 tranches d'andouille au lard de 7 à 8 mm d'épaisseur

70 cl de fond de canard fait avec 2 kg d'abattis et de carcasses de canard, 2 petits oignons, 2 carottes, 2 gousses d'ail, 2 échalotes grises, 1 bouquet garni, 20 graines de coriandre concassées, 40 cl de vin rouge de Cheverny ou de Touraine flambé, 5 cl d'huile d'arachide, 3 litres d'eau et QS sel gros.

La veille, élaborer votre fond de canard. Faire revenir dans une marmite les morceaux de canard dans de l'huile d'arachide. Laisser colorer et brunir, les retirer et les mettre à égoutter dans une passoire. Ajouter alors dans la marmite les légumes taillés en mirepoix, le bouquet garni et les graines de coriandre. Faire colorer le tout pendant 3 à 4 minutes. Remettre les morceaux de canard, ajouter le vin rouge flambé, 3 pincées de sel gros, recouvrir avec 3 litres d'eau et laisser frémir durant 3 heures sans le couvercle, en écumant souvent. Filtrer le liquide obtenu au chinois puis le faire réduire jusqu'à en obtenir 50 cl. Réserver au réfrigérateur dans une bouteille à jus de fruits en verre.

Lever, ou le faire faire par votre poissonnier, les filets carpe miroir de Loire. Prendre la précaution de bien enlever les arêtes qui resteraient en passant les doigts sur la chair du poisson. Détailler chaque filet de manière à obtenir des steaks de 120/150 g pièce environ. Nettoyer les girolles pour les débarrasser du sable et des impuretés. Couper la base du pied et les parties abîmées. Plonger les girolles dans de l'eau frémissante pendant une trentaine de secondes pour les blanchir. Réserver dans un récipient que vous filmerez.

Retirer le boyau noir qui entoure chacune des 4 tranches d'andouille et les détailler en petits dés. Réserver dans un récipient que vous filmerez. Dans une casserole, verser les 50 cl de fond de canard et le porter à ébullition. Lui incorporer au fouet les dés de beurre bien froid et enfin, l'huile de noisette. Réserver le tout bien au chaud.

Faites revenir vos steaks de carpe dans une poêle antiadhésive avec un bon filet d'huile d'olive, pendant 3 à 4 minutes. Réserver dans une assiette chaude sur laquelle vous en retournerez une autre, plus grande, et vous déposerez le tout dans votre four, préalablement chauffé à 80°. Pendant la cuisson des steaks de carpe, faire revenir à sec dans une autre poêle antiadhésive les girolles jusqu'à diminution notable de l'eau de végétation rendue par la cuisson. Ensuite, dans la poêle ayant servi à la cuisson des steaks et non nettoyée, faire revenir rapidement, à feu pas trop vif, vos dés d'andouille. Disposer chaque steak de carpe dans la partie inférieure de chaque assiette chaude, puis déposer dans la partie supérieure les girolles et les cubes d'andouille. Napper chaque steak de carpe avec un peu du fond de canard monté au beurre préalablement émulsionné avec un mixer-plongeur. Servir sans attendre.

**NB :** vin d'équipage, un Cheverny ou un Touraine rouge



**Carpe miroir**