

STEAK DE CARPE DE LOIRE AU GAMAY DE TOURAINE **(Recette de Jean BARDET)**

Ingrédients pour 4 personnes :

1 carpe de Loire de 2 à 3 livres
1 bouteille de Touraine Gamay
4 cl de cognac
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 échalotes, 1 brindille de thym et 1
feuille de laurier
QS quatre épices
1 oignon
1 carotte
QS sel et poivre
4 tranches de pain de campagne grillées

Garniture :

500 g de champignons de Paris en julienne
250 g de petits lardons de poitrine fumée

Faire lever par votre poissonnier la carpe en filets.

La veille, verser le Touraine Gamay dans une casserole, le porter à ébullition et le faire flamber. Ajouter le Cognac. Réserver en attente.

Dans un plat creux en terre, disposer 2 échalotes hachées, l'oignon et la carotte émincés, le thym, la feuille de laurier et saupoudrer le tout avec le quatre épices.

Mouiller l'ensemble avec la moitié du mélange de Touraine Gamay flambé et Cognac. Poser dessus les filets de carpe et ajouter le reste du mélange. Filmer le plat et garder ainsi au réfrigérateur pendant une nuit.

Le lendemain, égoutter et éponger les filets de carpe. Filtrer ensuite la marinade au chinois. Dans chacun des 2 filets de poisson couper des tranches de la taille d'un steak. Les faire revenir environ 3 minutes dans une poêle contenant de l'huile d'olive bien chaude. Jeter ensuite l'huile de cuisson et réserver les steaks de carpe au chaud.

Déglacer la poêle avec la marinade filtrée et faire réduire de moitié à feu vif. Une fois la réduction obtenue, ajouter le beurre par petits morceaux et monter la sauce.

Dans chacune des 4 assiettes chaudes, disposer une tranche de pain de campagne grillée puis dessus le steak de carpe. Napper ensuite avec la sauce refiltrée au chinois. Entourer le tout d'une julienne de champignons de Paris et des petits lardons revenus dans du beurre.

Servir bien chaud.