



ROULADES DE SANDRE ET ÉPINARDS AUX LENTILLES CRÉMEUSES



QimiQ AVANTAGES

- Stable à l'alcool et aux acides
- Les garnitures sont plus fermes et stables
- Consistance agréablement crémeuse avec moins de matières grasses
- Peut être réchauffé sans problème



25



INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

POUR LES ROULADES DE SANDRE ET ÉPINARDS

125 g	QimiQ Base crème, non réfrigéré
200 g	Zanderabschnitte_Parties de sandre,
100 g	Spinat,
4 g	Sel
10 g	Jus d'un citron
4 cl	Pernod [Anislikör]
	Koriander, getrocknet, moulues
600 g	Zanderfilet, enthäutet
200 g	, enthäutet
250 g	QimiQ Base crème, réfrigéré
200 g	, eingeweicht
200 g	Lentilles de montagne, eingeweicht
100 g	Oignon(s) rouge(s) , haché
50 g	Huile d'olive
40 g	Ail, haché
250 ml	Vin blanc
400 ml	Eau
80 g	Lauch, coupé
80 g	, pelée
160 g	Aubergine, pelée
120 g	Pleurotes du panicaut, coupé
	Sel, selon le goût
2 g	Poivre noir, fraîchement moulu
10 g	Persil, haché

PRÉPARATION

1. Pour la farce de poisson, mixer finement le QimiQ Classic, les parties de sandre hachées, les épinards, le sel, le jus de citron, le Pernod et la coriandre.
2. Aplatir les filets de sandre, les déposer sur un film alimentaire et y répartir la farce.
3. Y répartir les lamelles de saumon et enrouler, bien lier les deux bouts.
4. Cuire les roulades à la vapeur à 100 °C de vapeur pendant environ 20 minutes.
5. Verser les lentilles trempées dans une passoire, bien rincer et laisser égoutter.
6. Faire revenir les oignons dans l'huile d'olive, ajouter l'ail et les lentilles et faire revenir.
7. Déglacer au vin blanc, faire réduire de moitié, mouiller avec de l'eau et bien les faire cuire.
8. Faire saisir tous les légumes dans l'huile d'olive et les ajouter aux lentilles

cuites.

9. Affiner avec le QimiQ Classic réfrigéré, assaisonner et ajouter le persil haché.

10. Dresser avec les roulades de sandre.