

safran oct8bre occitan

<http://www.oct8bre.fr>

recette et photographie de <http://grelinettecassolettes.over-blog.com>

Rillettes de lieu au safran

Ingrédients

Un beau pavé de lieu de 400 gr	mer" (Priméal, en sachet)
Pour le court bouillon : 1 oignon, 3 branches	1 jaune d'œuf bio
de thym, 3 feuilles de laurier, sel et poivre	Environ 5 cuillers à soupe d'huile d'olive
Quatre tomates séchées	1 cuiller à soupe de moutarde
Deux échalotes	1 petite pointe de piment d'Espelette
une quinzaine de brins de ciboulette	Une petite dose de safran
1 cuiller à soupe d'algues "laitue de	

www.oct8bre.fr

Méthode

Préparer le court bouillon : eau + oignon coupé en 4 + thym, laurier, sel et poivre. Porter à frémissement). Plonger le pavé de lieu et maintenir en petit bouillon pendant 7 minutes. Pendant ce temps couper les tomates séchées en petits dés, ciseler finement la ciboulette, émincer l'échalote.

Puis préparer un début de mayonnaise : mettre le jaune d'œuf dans un petit saladier, le battre avec la cuillerée de moutarde et ajouter l'huile d'olive en battant toujours.

Le poisson est cuit ; l'égoutter, l'effeuiller sans se brûler et lui ajouter le safran et la pointe de piment. Malaxer à la fourchette. Incorporer la sauce. Le poisson est devenu onctueux et a pris l'incomparable couleur du **safran**.

Sans trop mélanger cette fois, ajouter les dés de tomate séchée, l'échalote, les algues en paillettes et la ciboulette. Il s'agit de laisser paraître les couleurs des ingrédients, non de les enrober de sauce. Choisir un joli plat pour placer cette préparation délicate et mettre au réfrigérateur voire au congélateur quelques minutes.

Servir avec un beau pain de campagne coupé en grosses tranches épaisses, y déposer une petite dose de ces délicieuses rillettes...

<http://www.oct8bre.fr/recettes+fr.html>