

# safran oct8bre occitan

<http://www.oct8bre.fr>

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

## **Brandade de haddock au safran et à la mandarine, butternut, épinard**

### *Ingredients*

(pour 3 ou 4)

- 1 courge butternut
- grammes d'épinards
- 30 cl de bouillon de poule (maison)
- 5 ou 6 stigmates de safran (ici du Gard)
- huile d'olive
- sel, poivre
- quelques feuilles dépinard cru, amandes effilées dorées et concassées

#### **pour la brandade**

- 1 filet de haddock
- 10 cl de lait
- 10 cl d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de jus de mandarine
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive parfumée à la mandarine
- 6 à 8 stigmates de safran
- 1/4 cuillère à café zeste de mandarine

#### **pour l'émulsion**

- 3 cuillères à soupe de jus de mandarine (ou clémentine)
- 1 cuillère à soupe d'huile parfumée à la mandarine
- sel

#### **pour le coulis d'épinards**

- 1 poignée d'épinards
- 10 cl de bouillon de poule safrané
- sel, poivre



## *Méthode*

Précuire la courge à la vapeur, en la gardant très ferme, mais "découpable". Y tailler des tranches d'environ 5 à 6 mm d'épaisseur, puis des rectangles identiques (environ 4x9 cm). Réserver.

Faire infuser le safran dans le bouillon de poule et réserver.

Tomber les épinards à l'huile, ajouter un peu de bouillon, saler, poivrer. Réserver.

Pour le coulis, blanchir les épinards lavés dans une eau très froide, à l'eau bouillante salée, 2 minutes. Egoutter et plonger dans l'eau glacée. Egoutter et mixer. Ajouter le bouillon, saler, poivrer et mixer. Réserver.

Pocher le haddock dans un mélange eau/lait. En prélever 150 grammes et le piler ou le mixer.

Faire infuser le safran dans le lait chaud, mais non bouillant, avec le jus de mandarine, jusqu'à refroidissement. Refaire juste tiédir au moment de préparer la brandade.

Mettre sur feu très doux le haddock pilé (au besoin, poser sur la plaque d'à côté, si le feu vous paraît trop fort, un peu comme sur les poêles à bois d'antan...) et le zeste de mandarine en ajoutant alternativement l'huile d'olive et le lait tiédi. Terminer par l'huile parfumée à la mandarine. Réserver.

Mélanger l'huile de mandarine et le jus de mandarine, saler.

Attendrir à feu doux les rectangles de butternut dans le bouillon safrané . Ils doivent être tendres mais rester fermes et se tenir.

Réchauffer les épinards, ainsi que le coulis.

Former les millefeuilles en alternant rectangle de butternut, épinards, brandade, épinards, butternut. Garder au chaud.

Dresser les millefeuilles, ponctuer de coulis d'épinard, d'émulsion à la mandarine, dont on arrosera aussi le rectangle. Décorer de feuilles d'épinard et d'amandes effilées dorées, pour le croquant.