



## FILETS DE TRUITE AUX NOISETTES

### SAUCE SAFRANÉE

#### **Pour 2 personnes**

3 truites  
70 g (1/2 T) noisettes concassées  
30 ml (2 c. table) huile d'olive

#### **Sauce safranée**

1 échalote sèche hachée  
15 ml (1 c. table) huile olive  
60 ml (1/4 T) vin blanc  
1ml (1/4 c. thé) poivre blanc  
120 ml (1/2 T) fumet de poisson  
1 pincée safran  
60 ml (1/4 T) crème 35%  
30 ml (2 c. table) beurre

#### **Préparation des truites**

Fileter les truites, les éponger et les couvrir de noisettes concassées.

#### **Préparation de la sauce**

Faire suer l'échalote à l'huile d'olive. Ajouter le vin blanc, le poivre, le fumet de poisson, le safran. Faire réduire de moitié. Ajouter la crème. Monter en incorporant le beurre par petites quantités tout en brassant continuellement. Assaisonner.

#### **Procédé**

Sauter les filets de truite dans l'huile.

#### **Présentation**

Dans une assiette chaude, empiler les filets en les entrecroisant. Garnir de la sauce chaude.

*Recette de Roxanne Harvey tirée du livre "GASTRONOMIE ET FORÊT"*