

Quenelles de poissons



Temps de préparation : 20 min
 Temps de froid : 20 min
 Temps de cuisson : 17 min

Ingrédients : pour 18 quenelles

Pour la panade :

- 60 g de fumet de poisson
- 60 g de lait
- 5 g de sel
- 3 tours de poivre
- 3 pointes de couteau de muscade moulue

- 50 g de beurre
- 90 g de farine
- 200 g de glaçons
 (= 20 glaçons empreintes Petits fours)

Pour la farce :

- 300 g filets de merlan parés
- 100 g de saumon frais paré
- 3 pincées de sel
- 2 pincées de piment de Cayenne
- 3 œufs tempérés
- 150 g de beurre tempéré

Préparation de la panade :

Dans le bol, mettez le fumet de poisson, le lait, le sel, le poivre la muscade et le beurre.

Réglez le minuteur sur 2 minutes, la température sur 120°C et la vitesse sur 2.

Ajoutez la farine puis réglez le minuteur sur 1 minute et la vitesse sur 5 sans le verre doseur.

Enlevez la panade du bol et filmez (épaisseur d'1 cm).

Dans le bol non nettoyé, déposez les glaçons puis réglez le minuteur sur 30 secondes et la vitesse sur 4. Débarrassez ensuite les glaçons et disposez-les sur la panade filmée le temps de préparer la farce.

Préparation de la farce :

Hachez les poissons dans le bol. Réglez le minuteur sur 15 secondes et la vitesse sur 6.

Ajoutez-y 3 pincées de sel, 2 pincées de piment de Cayenne, un œuf et la panade refroidie. Réglez le minuteur sur 20 secondes et la vitesse sur 6.

Ajoutez le beurre tempéré et les œufs restants. Réglez le minuteur sur le minuteur sur 40 secondes et la vitesse sur 6.

Placez vos empreintes Quenelles sur la plaque perforée. Moulez dans les empreintes à l'aide d'une poche munie de la douille n° 9 et lissez à la spatule coudée.

Placez les quenelles au congélateur pendant 20 minutes.

Préchauffez votre four à 170°C (th. 5) puis faites cuire couvert d'une toile SILPAT® pendant 15 minutes. Laissez reposer 4 minutes avant de démouler.

Accessoire(s)	Ingrédient(s)				TURBO ou pétrissage
	fumet de poisson, lait, sel, poivre, muscade, beurre	2 min	120°C	2	
	farine	1 min		5	
	glaçons	30 s		4	
	poissons	15 s		6	
	sel, piment de Cayenne, 1 œuf, panade	20 s		6	
	beurre tempéré, œufs restants	40 s		6	

Ma touche perso :