

# vapeur de harengs frais

## à la feuille de laurier mousseline de betterave rouge

### **Ingrédients pour 6 personnes**

- 12 filets de harengs frais
- 30 feuilles de laurier fraîches
- 5 cuillères à soupe de betterave rouge mixée
- sel, poivre
- huile d'olive

### **pour le beurre blanc**

- 250 g de beurre
- 1 belle échalote
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin

Taillez les filets de harengs frais pour avoir 5 beaux morceaux par personne.

Passez-les à l'huile d'olive, salez, poivrez.

Disposez les morceaux de harengs sur les feuilles de laurier, les déposer sur une plaque avec un peu d'eau.

Recouvrez d'une feuille d'aluminium et faites cuire rapidement en créant une vapeur ou faites cuire quelques minutes dans un four vapeur.

Préparez le beurre blanc en faisant suer à feu doux dans le vinaigre l'échalote finement émincée. Quand le vinaigre s'est évaporé, ajoutez 3 cuillères à soupe d'eau chaude puis incorporez petit à petit le beurre en fouettant vigoureusement.

Ajoutez la purée de betterave rouge au beurre blanc et mixez.

Disposez les feuilles de laurier avec le hareng sur les petites taches de mousseline de betterave rouge.

---

Préparation

10 min

Cuisson du

beurre blanc

10 min

Du blanc. Un Valençay ou un Cheverny.

Vif et minéral.

Cuisson des harengs

5 min