

Truite et dôme de polenta parmesan et tomates confites mozza

Pour 2 Personnes

2 truites

100 gr de Polenta

25 cl d'eau + 25 cl de lait

2 grosses cuillères à soupe de Parmesan râpé

6 billes de mozza

5 tomates cocktail

Plusieurs brins de thym citron

Huile d'olive et beurre

Fleur de sel - Poivre au moulin



Étapes

- Laver les tomates, retirer les trognon et les couper en deux.
- Ajouter un filet d'huile dans une cocotte et disposer les tomates au fond.
- Eplucher l'oignon nouveau et le ciseler grossièrement
- Ajouter plusieurs brins de thym citron effeuillé.
- Ajouter 6 billes de mozza. Saler, poivrer et couvrir le plat. Cuire à feu doux tranquillement jusqu'à ce que la mozza ait pratiquement fondue et que l'on ai un bon jus. Tenir au chaud.
- Ajouter du beurre et un filet d'huile dans une poêle et commencer la cuisson des truites. Saler et poivrer
- Verser l'eau et le lait dans une grande casserole et faire bouillir
- Dès que le liquide bout, éteindre le feu et ajouter la polenta ainsi que le parmesan râpé. Remuer le tout jusqu'à ce que le liquide soit complètement absorbé et que l'on a une belle polenta.
- Remplir des dômes en silicone bien tasser.
- Prélever les filets des truites et les disposer dans des assiettes.
- Retourner un dôme dans chaque assiette puis ajouter des tomates confites autour.
- Arroser le tout de sauce. Effeuiller un peu de thym et ajouter des brins entiers.
- Servir et déguster immédiatement.

