

# Sole bretonne, pâtes fraîches à l'encre de seiche, olives noires et sauce à la crème et parmesan

🕒 40 minutes

Difficulté Moyen



## Ingrédients poisson

pour 4 personnes

4 soles entières de 300g, prêtes à cuire  
4 cs. d'huile d'olive  
3 feuilles de romarin

## Ingrédients pâtes

pour 4 personnes

160 g de pâtes fraîches à l'encre de seiche  
eau salé

## Ingrédients sauce

pour 4 personnes

1 dl de Fond de poisson Lacroix  
25 cl de crème  
beurre  
sel & poivre du moulin

## Ingrédients supplémentaires

pour 4 personnes

24 olives  
4 tranches minces de parmesan



## Instruction

### Préparation de la sole

Placer les soles dans 4 sachets pour conservation sous vide. Saler et poivrer. Ajouter 1 cuil. à soupe d'huile d'olive et 3 feuilles de romarin dans chaque sachet.

Mettre sous vide et cuire à la vapeur à 65 °C pendant 8 minutes. Sortir du compartiment de vapeur et réserver.

### Préparation des pâtes

Sur la table de cuisson, cuire al dente les pâtes à l'encre de seiche dans une grande quantité d'eau salée. Former des nids avec les pâtes et réserver.

### Préparation de la sauce

Dans une casserole saucière, réduire le fumet de poisson jusqu'à obtenir une consistance sirupeuse. Ajouter la crème et réduire jusqu'à obtenir une sauce crémeuse.

Agrémenter de beurre, et rectifier l'assaisonnement en sel et poivre. Réserver.

## Présentation

Déposer la sauce au milieu des assiettes

Déposer dessus les nids de pâtes.

Sortir les soles des sachets sous vide et à l'aide d'une cuillère, les détacher depuis le milieu. Déposer autour des pâtes. Répartir les olives

et placer les tranches de parmesan sur les pâtes.  
Servir.

Recette créée par Stefan Meier, Gasthaus Rathauskeller AG, Zug

## Produit



**Fond de  
poisson**