

# Cabillaud sauce au beurre d'orange et baies de Timur

Ingrédients pour 2 personnes :

2 pavé de cabillaud

Difficulté : Facile

1 orange

Préparation : 10 min

50 g de beurre

Cuisson : 15 min

Baie de Timur

Sel

Préparation :

Prélevez le zeste de l'orange

Coupez l'orange en deux et gardez en deux tranches.  
Réservez.

Récupérez le jus de l'orange, versez le dans une petite casserole,  
ajoutez y les zestes, faites cuire à feu doux 10 min.

Ajoutez quelques grains de baie de Timur concassés.  
Salez.

A la fin de la cuisson du jus, ajoutez le beurre bien froid et mélangez  
le au fouet SUR FEU TRÈS DOUX le beurre ne doit pas cuire.

Concassez quelques grains de baie Timur et pressez les morceaux  
de cabillaud sur chaque côtés dans le poivre.  
Farinez très légèrement les filets.

Faire cuire le cabillaud dans un peu d'huile d'olive dans une poêle  
très chaude.

Pendant la cuisson du poisson, ajoutez les deux tranches d'orange  
dans le beurre d'orange pour les chauffer.

Dressez le poisson dans chaque assiette, versez la sauce sur  
chaque part de poisson, parsemer de zestes d'orange,  
puis disposez les tranches d'oranges.

Ajoutez quelques grains de baie

Vous reste plus qu'à passer à table

Accompagnez d'une bonne purée maison de de semoule

Bon appétit à toutes & tous !!