



**FILETS DE MAQUEREAU SNAKÉS ET GRATINÉS AU VIEUX CANTAL,  
tranche de lard fumé, champignons de Paris, étuvé de chicons aux carottes,  
sommités de chou Romanesco, sauce soja au ketchup**

**Ingrédients pour 6 personnes**

- 2kg100 de maquereaux (6 x 350 gr)
- 250 gr de carottes jaunes
- 600 gr d'endives
- 1 oignon rouge
- 1 citron jaune
- 250 gr de champignons de Paris
- 450 gr de chou romanesco
- 6 tranches de poitrine fumée
- 6 cl de sauce soja
- 120 gr de ketchup
- 6 cl d'huile de sésame
- 125 gr de beurre
- 2 cl d'huile d'olive
- 250 gr de Cantal vieux
- 200 gr de lardons
- Sel, piment d'Espelette (facultatif)



**Progression**

Éplucher les légumes, ciseler l'oignon, tailler les carottes en julienne.

Émincer les endives et les passer au jus de citron, et les faire étuver au beurre jusqu'à évaporation de leur eau.

Tailler le chou romanesco en sommités et les cuire à l'anglaise.

Émincer les champignons, les laver et les faire suer au beurre et huile d'olive, puis réserver.

Faire suer les lardons, rajouter l'oignon et la julienne de carottes et les faire suer à nouveau.

Mélanger aux endives et assaisonner selon votre goût, puis réserver.

Lever les filets de maquereaux et lever les arrêtes, les rincer et essuyer sur papier absorbant.

Dans une casserole, mettre la sauce soja, le ketchup et faire réduire. Hors du feu, monter à l'huile de sésame et réserver.

Assaisonner les filets de maquereaux et les snacker côté peau, puis snacker les tranches de poitrine fumée.

Sur un plat beurré, poser 2 filets de maquereaux à cheval et rajouter la tranche de poitrine.

Sur le dessus, mettre des tranches de vieux Cantal très fines, les passer sous la salamandre et faire gratiner.

**Dressage**

Dans des assiettes creuses, dresser les légumes, mélanger à la sauce ketchup.

Poser dessus les filets gratinés et mettre les sommités de chou romanesco.

Servir aussitôt.



**Chef Jean Luc BUSCAYLET**

***Les Bacchantes***

*21 rue Caumartin - 75009 Paris*

**EURO-TOQUES France** - 10 rue de Sèze – 75009 PARIS - T. 01.44.18.70.68

[www.eurotoques.fr](http://www.eurotoques.fr)    [secretariat@eurotoques.fr](mailto:secretariat@eurotoques.fr)