

CHEF Christophe Geoffroy

**LA RECETTE  
MINI QUENELLES DE BROCHET À LA LYONNAISE**

Préparation : 1 heure  
Temps de cuisson : 20 min  
Repos : 2 heures



## INGRÉDIENTS

### MARCHE POUR 4 PERSONNES

180 g de Chair de brochet sans arête.  
20 cl de Lait  
50 g de Beurre extrafin  
4 gros Œufs  
2 Blancs d'œufs  
240 g de Farine fluide  
10 g de Sel fin  
2 pincées Poivre blanc moulu  
1 pincée Noix de muscade  
Gros sel

## PRÉPARATION

**A)** Chauffez le lait avec les 50 g de beurre en morceaux dans une casserole à fond épais. Dès l'ébullition, retirez du feu. Incorporez la farine d'un seul coup. Mélangez vivement. Faites dessécher cette panade à feu très doux en tournant sans cesse : la panade à la consistance d'une pâte à pain bien sèche. Laissez-la refroidir puis réfrigérez-la 1 h.

**B)** Coupez la chair de brochet en morceaux et passer au cutter finement. Assaisonnez de sel, poivre et noix de muscade. Passez à travers un tamis fin ou une passoire étamine en l'écrasant à l'aide d'une spatule. Remettez-la dans le bol du robot avec les blancs d'œufs et la panade bien froide. Faites tourner en ajoutant les œufs entiers l'un après l'autre puis le reste de beurre mou jusqu'à obtention d'un mélange émulsionné et mousseux. Réservez, filmez et réfrigérez 1 h.

**C)** Portez à ébullition 2 litres d'eau et lait , salez. Baissez-le feu. Façonnez des mini -quenelles entre deux petites cuillères ou boudinez au film des mini- quenelles. Faites-les pocher 6 à 7 minutes en les retournant à mi-cuisson. Retirez-les avec une écumoire . Nappez généreusement de sauce Geoffroy\*.

Si vous les préparez à l'avance, réservez les mini- quenelles dans un saladier rempli d'eau froide. Après refroidissement, égouttez et placez au réfrigérateur. Puis réchauffez-les au four à 200° (th.7) pendant 9 minutes nappées généreusement de sauce Geoffroy\* , éventuellement Nantua, Bisque ou béchamel champignons.

### **\*SAUCE GEOFFROY:**

50 cl de crème fraîche liquide, 20 g de jus de veau, 30 g de moutarde graines, sel, poivre.