Filets de pageot aux asperges, carottes fanes et beurre d'asperges

Préparation et cuisson : 1 h
Pour 6 personnes

6 filets de pageot (grosse daurade rose) 18 asperges vertes
18 carottes fanes (petites)
2 échalotes
1/2 verre de vin Blanc de Châteauneuf-du-Pape Beurre, sel, poivre
1 cuillère à soupe de crème

Nettoyer les asperges et couper le minimum de queue.

Cuire à l'eau bouillante salée environ 5 mn (surveiller la cuisson en piquant une asperge avec un couteau) et laisser refroidir dans l'eau glacée.

Couper les asperges à la même longueur et faire les dés avec ces chutes.

Nettoyer les carottes fanes en coupant les fanes à 4 cm de haut.

Cuire à l'eau bouillante salée pendant 5/10 mn. Refroidir.

En lever les arêtes des filets de pageot et faire cuire à l'huile et au beurre côté peau pendant 5 mn. Assaisonner.

Ciseler les échalotes et faire revenir sans coloration au beurre. Ajouter le vin Blanc et faire réduire. Puis monter au beurre, ajouter un peu de crème, terminer l'assaisonnement et mettre les dés d'asperges.

Faire réchauffer les asperges et les carottes fanes au beurre saler un peu et dresser le tout.

Ce mets s'accompagnera de préférence avec un Châteauneuf-du-Pape blanc, jeune.