

cuisiner.

RECETTE

TOURNEDOS DE TRUITE AU LARD

BEURRE ROUGE, CAROTTES ET ASPERGES

Pour 4 personnes

800 g de filet de truite,
10 tranches de lard,
8 carottes,
32 asperges vertes,
2 petits oignons rouges,
20 cl de vin rouge,
200 g de beurre doux,
15 cl de crème liquide,
3 jaunes d'œufs,
sel et poivres.

Confection des tournedos

Sur un film alimentaire, étaler le lard, puis poser le filet de truite.
Le rouler ensuite, afin d'obtenir un saucisson.

Cuisson des légumes

Cuire les mini-légumes (carottes et asperges vertes) à l'eau bouillante, puis les refroidir à l'eau glacée.

Confection du beurre rouge

Faire fondre le beurre doux dans une casserole, puis réserver.
Ciseler et faire réduire les oignons dans une casserole avec le vin rouge.
Monter les jaunes d'œufs avec les oignons, puis ajouter le beurre petit à petit et la crème.

Fin de préparation

Détailler les tournedos, les poêler, puis les enfourner pendant 10 minutes à 180°.
Poêler les mini-légumes au beurre, puis dresser les assiettes.

Bonne dégustation.

L'Eauthentik

24, rue de Larmor Gwened

02 97 45 93 24



FRANÇOIS ARZE
NATHALIE GUEGUEN

L'EAUTHENTIK

François Arze et Nathalie Gueguen ont tous deux une longue expérience de la restauration. Ils ont repris en janvier 2017, puis réaménagé, cet établissement qui a la particularité d'être un ancien baraquement de l'armée allemande. L'eauthentik dispose d'une terrasse avec vue sur le bord de mer, à Larmor-Gwened. Le chef propose une cuisine gourmande et généreuse, élaborée avec des produits frais et souvent locaux. François Arze, dont c'est la première affaire, a fait ses armes au Pressoir à Saint-Avé. Quant à Nathalie Gueguen, elle a la haute main sur la petite équipe qui règne en salle.