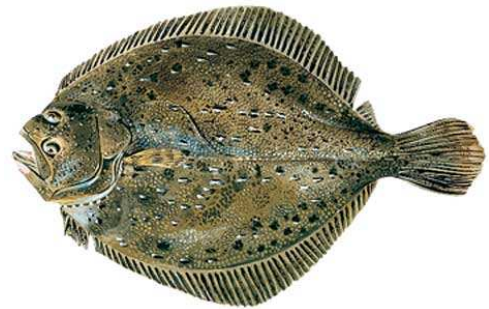


GRATIN DE TURBOT A LA BECHAMEL

Préparation et cuisson : 45 minutes



Pour 4 à 6 personnes :

- 1 turbot de 1 kg à 1 kg 1/2
- 2 œufs durs
- 200 g de riz
- 5 dl de sauce béchamel
- 50 g de beurre
- 50 g de farine
- 5 dl environ de lait
- citron

Ce plat, exquis, se réussit immanquablement. Et il n'a pas besoin d'une présentation savante puisqu'il lui suffit d'apparaître doré à point dans un plat de cuisson.

Faites pocher les filets du turbot de 1,2 kg minimum dans un court bouillon froid d'eau et de lait (1dl de lait par litre d'eau, sel, 1 tranche de citron). Le pochage doit durer 12 mn environ. Egouttez le poisson, mettez le sur le feu très doux, dans du beurre chaud. A peine blondi, garnissez en un plat en verre allant au four, en faisant alterner de minces escalopes de turbot avec une couche d'œuf dur coupé en dés, une couche de riz , une couche de sauce béchamel un peu claire et bien poivrée .Terminez par de la sauce . Parsemez sur le plat des brins de beurre . Mettez à four moyen 25 mn.