

Cette semaine dans la LUXIBOX

59€

Colis du moussaillon du 4 au 9 décembre



Les recettes élaborées par nos chefs

“Aile de raie, sauce beurre aux câpres, oignons de Roscoff et pommes de terre écrasées”

“Cabillaud, sauce au safran et gratin de chou-fleur”



2 parts de poissons et des légumes bretons à cuisiner chez vous

2 x ailes de raie pelée

2 x filets de cabillaud

2 oignons de Roscoff

300g des pommes de terre

un chou-fleur

un citron



La surprise



5% de remise sur l'ensemble du site





Les recettes



Aile de raie, sauce beurre aux câpres, oignons de Roscoff et pommes de terre écrasées

👥 2 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION : 30 MIN

🕒 CUISSON: 40 MIN

Ingredients

● Fournis dans la Luxibox ● A avoir chez vous

- 2 ailes de raie
- 35 g de câpres
- 1 citron
- 200 g de pommes de terre
- 2 oignons de Roscoff
- 100 g de beurre
- Un peu de farine

Préparation

1. Commencez par préparer la sauce beurre aux câpres. Dans une petite casserole, faites fondre un peu de beurre à feu doux. Ajoutez les câpres, le jus de citron, du sel et du poivre. Mélangez bien et laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce que la sauce soit bien chaude. Réservez au chaud
2. Pour la garniture, faites bouillir les pommes de terre dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez-les, écrasez-les avec une fourchette, et ajoutez un peu de beurre. Assaisonnez avec du sel et du poivre, et réservez au chaud.
3. Dans un poêle, faites chauffer un peu de beurre à feu moyen. Enrobez les ailes de raie de farine, puis faites-les cuire pendant environ 3 à 4 minutes de chaque côté.
4. Dans le même poêle, ajoutez les oignons de Roscoff émincés. Faites-les sauter pendant quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et tendres.
5. Pour servir, répartissez la purée de pommes de terre dans les assiettes, garnissez avec les oignons, et placez les ailes de raie par-dessus. Arrosez généreusement de sauce beurre aux câpres. Bon appétit !



Cabillaud, sauce au safran et gratin de chou-fleur

👥 2 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION : 20 MIN

🕒 CUISSON: 50 MIN

Ingredients

● Fournis dans la Luxibox ● A avoir chez vous

- 2 filets de cabillaud
- 1 beau chou-fleur
- 190 g de sauce safran
- Quelques tomates cerises
- 50 cl de lait
- 100 g de gruyère
- Noix de muscade

Préparation

1. Faites cuire le chou-fleur dans l'eau bouillante salée 10 mn.
2. Passez à la sauce béchamel : dans une casserole, faites fondre le beurre et ajoutez-y la farine. Faites un roux avec le fouet et ajoutez le lait petit à petit en faisant réduire la sauce.
3. Ajoutez un peu de noix de muscade, sel et poivre pour l'assaisonnement.
4. Dans un plat à gratin, placez les choux-fleurs découpés en petits morceaux, ajoutez la sauce par dessus, et parsemez de gruyère pour gratiner le tout.
5. Mettez dans un four à 180° pendant 30 mn.
6. Pendant ce temps, salez les pavés de cabillaud des deux côtés, puis saisissez le cabillaud, côté peau, dans une poêle bien chaude, pendant 3 min environ.
7. Versez la sauce safran dans la poêle afin de terminer la cuisson du cabillaud dans la sauce. Laissez mijoter pendant 4 min.
8. Rajoutez quelques tomates cerises et les herbes de votre choix. Bon appétit !