

**Christophe Pacheco, chef du restaurant gastronomique  
de l'Ecole Hôtelière de Lausanne**



**Dos de sandre en croûte de pain d'épices**

**Ingrédients:**

2 dos de sandre coupés en pavés (environ 130 gr pièce)  
2 fines tranches de pain d'épices  
1 gousse d'ail dégermée  
1 étoile de badiane ou anis étoilé  
Quelques graines d'Anis vert moulu  
1 branche de thym  
Quelques champignons (chanterelles, girolles)  
Huile de noisette et beurre  
25 gr de Jeunes pousses de salade ( roquette, mizuna, cresson)  
10 gr de noisettes torréfiées

Pour le velouté de châtaigne :

150 gr de châtaignes cuites et pelées  
2 échalotes ciselées  
10 cl de Crème liquide  
½ fève de tonka râpée  
15 cl de Bouillon de volaille

**Préparation:**

Commencer par le velouté de châtaignes. Chauffer dans une casserole de l'huile de noisette, puis du beurre, ajouter la fève de tonka râpée et l'échalote, faire suer et ajouter les châtaignes, faire blondir quelques minutes.

Mouiller avec le bouillon de volaille, puis la crème afin de couvrir à hauteur, laisser cuire doucement environ 15 minutes.

Passer l'appareil au mixeur, puis au chinois étamine pour avoir la consistance d'un velouté. Rectifier l'assaisonnement.

Sauter rapidement les champignons dans un peu de beurre avec des échalotes finement ciselées, assaisonner et réserver au chaud.

En parallèle, préchauffer une poêle antiadhésive, très légèrement huilée et cuire le sandre à l'unilatérale côté peau avec le pain d'épices.

Salier et assaisonner avec de l'anis vert moulu, ajouter le thym, l'ail et l'anis étoilé.

Laisser cuire tout doucement, la cuisson va monter du dessous.

Après 5 à 6 minutes, le poisson doit être légèrement coloré, ajouter une noix de beurre et arroser le poisson pour bien l'imprégner des parfums.

On peut à mi-cuisson mettre le poisson, croûte en haut, dans un four préchauffé à 140° et finir ainsi la cuisson.

Pour le dressage, verser du velouté de châtaigne au centre d'une assiette chaude.

Poser le sandre au centre et placer quelques petits champignons sur le dessus. Assaisonner avec de l'anis vert et de la fleur de sel.

Décorer avec trois noisettes torréfiées et quelques pousses de salade assaisonnées d'huile de noisette.