

Médailles de lotte au safran

4 personnes

**800 g de filets de lotte
(en 20 médaillons),
2 bulbes de fenouil,
5 dl de crème,
3 g de pistils de safran,
50 g de cerneaux de noix,
50 g de pignons,
50 g de raisins secs,
½ botte de cresson,
1½ dl de riesling,
50 g de beurre,
sel et poivre du moulin.**

Défaites les feuilles du fenouil, lavez-les et coupez-les en lamelles. Effeuillez le cresson. Concassez les cerneaux de noix. Faites chauffer 15 g de beurre dans une poêle anti-adhésive, ajoutez le fenouil et laissez-le suer 10 minutes à feu moyen. Ajoutez alors les

noix, les pignons, les raisins secs et les feuilles de cresson, remuez et laissez sur feu très doux, sans ébullition.

Dans une autre poêle anti-adhésive, faites fondre 20 g de beurre, sans coloration. Pochez-y les médaillons de lotte 1 minute de chaque côté. Assaisonnez-les, retirez-les de la poêle et gardez-les au chaud sur une assiette.

Videz le gras de la poêle et déglacez-la avec le vin blanc, faites-le réduire de moitié à bon feu. Ajoutez la crème et le safran et laissez bouillir vivement jusqu'à épaississement (il ne doit plus rester que 2 dl de liquide). Montez au fouet électrique avec le reste du beurre, rectifiez l'assaisonnement.

Disposez le fenouil au centre de 4 assiettes, les médaillons de lotte autour et nappez le poisson avec la crème au safran.