

Confrérie des amateurs du Bleu de Gex

Recettes - Poissons

Sole au Bleu de Gex

Ingrédients (pour 1 personne)



- ✓ 60 g de Bleu de Gex environ
- ✓ 2 belles tomates
- ✓ 1 sole de 200 à 250 g
- ✓ 100 g de beurre environ
- ✓ Quelques feuilles de basilic frais

Préparation 10 minutes, cuisson 10 minutes

Dans une poêle, faire revenir l'échalote émincée, puis l'ail et les tomates hachées. Laisser tomber (cuire 10 à 15 min à feu doux). Saler et poivrer. Ajouter les feuilles de basilic finement ciselées.

Lavez et farinez les filets de sole avant de les passer au beurre dans une poêle. Saler et poivrer légèrement. Peu de cuisson est nécessaire : les filets doivent rester plats.

Dresser sur une assiette ou sur un plat deux filets de sole. Poser des lamelles de Bleu de Gex dessus, et recouvrir des deux autres filets afin de reconstituer la sole entière. Passer au four afin de faire fondre le fromage (quelques minutes dans un four bien chaud).

Napper la sole avec une préparation de tomate, ou bien disposer la sauce de chaque côté de la sole.

Recette originale de M. Gérard Paris, Restaurant Le Vesenex Maupassant - 1546, rue Guy de Maupassant, 01220 Divonne les Bains.