



QUENELLES POCHEES – EPINARDS SAUTES – SAUCE CREME

pour 4 personnes :

4 quenelles de brochet - 1kg de pousses d'épinards - 20cl de crème fleurette - poivre - Nettoyer les épinards. Les jeter dans le fond d'une sauteuse le temps qu'ils aient perdu leur eau (opération très rapide, à surveiller). Pocher à l'eau bouillante les quenelles jusqu'à ce qu'elles remontent à la surface. Egoutter.

Chauffer la crème fleurette. Sur assiette chaude, dresser les épinards, la quenelle coupée en 2 dans le sens de la longueur. Arroser de crème, entourer d'un cordon. Poivrer.