

Filet de limande sauce citron et tagliatelles de carotte au thermomix

Informations

Préparation : 10 min	Cuisson : 23 min	Durée : 33 min	Difficulté : 2/10
Ingrédients : 12	Etapas : 10	Astuces : 11	

Ingrédients

4 filets de limande
600g d'eau
250g de crème épaisse
6 carottes
1/2 verre de jus de citron
1 gousse ail
1 CàC de moutarde
2 pincée de curcumin
1 pincée d'aneth
2 CàC de maïzena
Riz
Sel et poivre

Etapas

Cuisez une recette complète de poisson accompagné de ces légumes au thermomix, grâce à votre robot culinaire TM31, TM5 et TM6:

Â»

Mettez les filets de limande sur la plateau du varoma de votre robot thermomix.

Â»

Epluchez les carottes et à l'aide votre économiseur et faites des tagliatelles de légumes.

Â»

Mettez les dans le varoma, puis ajoutez du sel.

Â»

Mettez l'eau et le fumet de poisson, dans le bol du thermomix.

Â»

Mettez la quantité de riz, que vous désirez manger, dans le panier de cuisson, et posez ce dernier dans le bol.

Â»

Fermez le bol puis mettez le varoma de votre robot culinaire au dessus du couvercle.

Â»

Programmez, alors, 15 minutes, sur la vitesse 3, à la température varoma.

Â»

À la sonnerie, gardez 50 grammes d'eau de cuisson et ajoutez la crème épaisse, le jus du citron, la gousse d'ail épluchée, la moutarde, le curcumin, l'aneth, la maïzena, le sel et le poivre.

Â»

Programmez le thermomix, 10 secondes, sur la vitesse 8.

Filet de limande sauce citron et tagliatelles de carotte au thermomix

Â»

Cuisez, ensuite, 8 minutes sur 90°C à la vitesse 4.

Dressez les assiettes et dégustez ce poisson bien parfumé cuit au thermomix. Miam ;)