

L'Art du Bar au Beurre Blanc : La Recette Signature des Boisiers

Informations Pratiques

- Temps de préparation : 20 minutes
- Temps de cuisson : 10 minutes
- Nombre de convives : 4 à 6 personnes
- Poisson requis : Bar entier de 800g à 1,5kg

Ingrédients pour le Court-Bouillon

- 1 bouteille de vin blanc sec
- 50cl d'eau
- 2 carottes
- 2 oignons
- Persil frais
- 1 bouquet garni (persil, thym, laurier)

Ingrédients pour le Beurre Blanc

- 250g de beurre froid
- 2 échalotes émincées très finement
- 15cl de vinaigre de vin blanc (ou 3 c. à soupe)
- 10cl de crème fraîche (pour l'onctuosité et la stabilité)

Préparation du Poisson

- Vider et écailler le bar avec soin
- Préparer le court-bouillon en mélangeant le vin, l'eau, les légumes et les aromates
- Pocher le bar dans le court-bouillon pendant 10 minutes pour un résultat optimal

Maîtriser la Sauce Beurre Blanc

- Réduire les échalotes et le vinaigre jusqu'à obtenir environ une cuillerée à soupe de résidu
- Placer la casserole au bain-marie pour maintenir une température constante

- Incorporer le beurre par petits morceaux (5 à 6 à la fois) en fouettant constamment
- Retirer du feu ponctuellement si nécessaire pour contrôler la température
- Ajouter la crème fraîche en fin de préparation en fouettant pour stabiliser la texture
- Ne jamais laisser bouillir la sauce pour éviter qu'elle ne se sépare

Conseils de Service

- Présenter le bar entier sur un plat de service élégant
- Servir la sauce au beurre blanc séparément dans une saucière
- Accompagner traditionnellement avec du riz blanc nature