

CRÉPINETTES DE CARPES AUX LENTILLES

Pour 4 personnes :

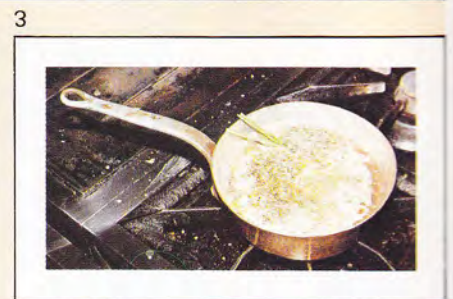
- 1 carpe de 4 livres
- 200 g de crème fraîche
- 2 oignons
- 1 bouquet de persil
- 2 œufs
- muscade râpée
- 250 g de lentilles
- 150 g de poitrine fumée
- 1 carotte
- 1 bouquet garni
- 1 tête d'ail - sel, poivre
- 50 g de beurre (1)

Préparation des lentilles :

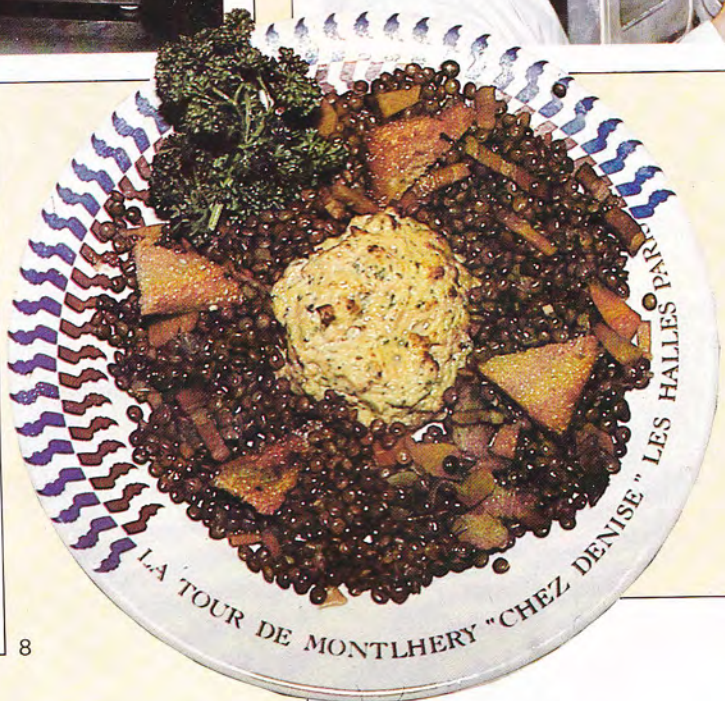
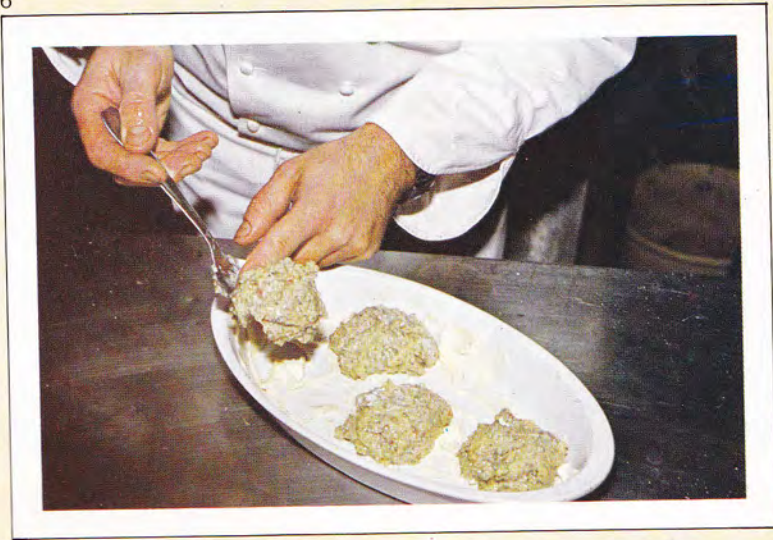
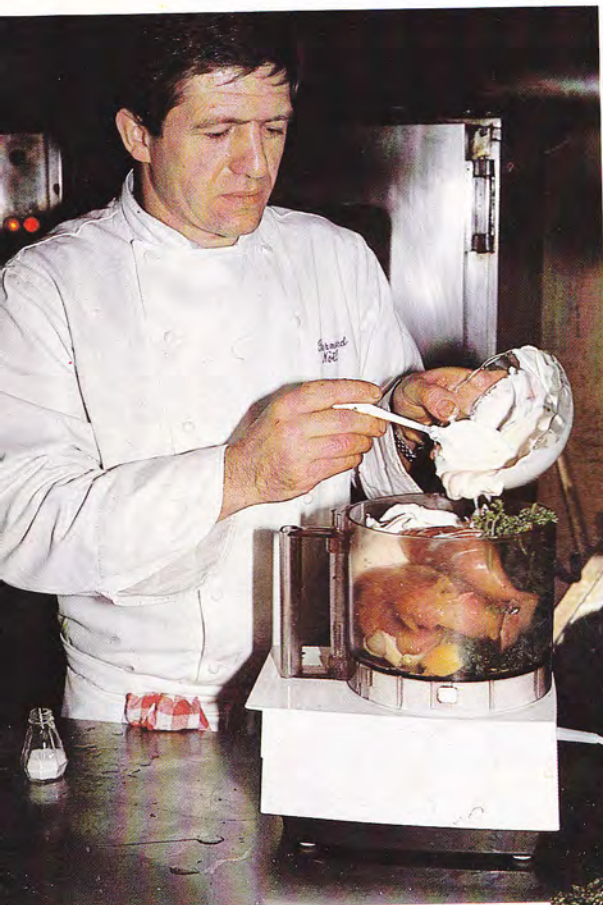
- Faire revenir au beurre et colorer légèrement 1 oignon émincé, la carotte coupée en dés, la poitrine fumée. (2)
- Ajouter les lentilles et mouiller avec un litre d'eau.
- Ajouter le bouquet garni et la tête d'ail.
- Laisser cuire 45 minutes. (3)

Préparation des crépinettes :

- Ecailler la carpe, lever les filets, retirer la peau. (4)
- Passer les filets au mixer avec 1 oignon, la crème, le persil, le sel et le poivre, une pointe de muscade râpée. (5)
- Beurrer un plat : y disposer les « crépinettes » façonnées grossièrement avec une cuiller. (6)
- Faire cuire au four thermostat 6, 20 minutes. (7)
- Servir chaud avec les lentilles autour, quelques croûtons frottés à l'ail et passés à l'huile ou au beurre et un peu de persil. (On peut également servir froid avec une vinaigrette à l'huile d'olive ou de noix). (8)



5 6



8

On peut récupérer les laitances des carpes pour les présenter sur des toasts à l'apéritif.

- Faire tremper les laitances dans du lait salé. 1/4 d'heure.
- Les couper en tranches fines d'un demi-centimètre d'épaisseur et les badigeonner de moutarde.
- Les faire frire au beurre (2-3 minutes).
- Servir sur des toasts de pain de campagne grillé et beurré, avec un jus de citron et un tour de moulin à poivre.