



## Dos de Cabillaud à la gremolata de noisettes, mousseline de carottes au citron vert

06/02/2019 à 14h12

Par [Dominique Jeanson](#)

Pour 4 personne(s)

### Ingrédients :

- 720 g de filet de cabillaud (4x180g)
- 600 g de carottes
- 1 citron vert
- 2,5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Quelques noisettes
- 1 citron

### Préparation :

- Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients de la gremolata (noisettes grillées mélangées avec des zestes de citron et du persil) et réservez au réfrigérateur;
- Epluchez et faites cuire les carottes à l'eau ou à la vapeur, égouttez, mixez en purée avec 1,5 cuillère à soupe d'huile d'olive, le jus et le zeste finement haché du citron vert, assaisonnez et gardez au chaud;
- Badigeonnez le poisson d'huile d'olive et faites-le cuire à la poêle;
- Dressez le poisson sur un lit de purée de carottes et saupoudrez de gremolata.

### L'astuce du chef :

Vous pouvez préparer la purée à l'avance, et la réchauffer