

## TRUITES AU BEAUFORT

---

*Pour 4 personnes*

### Ingrédients :

4 truites  
200g de Beaufort  
20 cl de crème  
20 cl de vin blanc de Savoie  
Fumet de poisson  
3 échalotes  
Sel, poivre et thym  
Beurre  
200g de polenta  
1 verre de lait  
30 cl d'eau

### Préparation :

- ☞ Faites revenir 2 échalotes. Mouillez avec 20 cl de vin blanc. Assaisonnez et laissez réduire.
- ☞ Ajoutez la crème et laissez réduire à nouveau. Incorporez le Beaufort râpé en mélangeant.
- ☞ Glissez une noix de beurre à la fin.
- ☞ Allongez les truites dans un plat huilé avec du thym, du sel, du poivre et un peu de beurre sur chacune. Faites cuire 15 minutes au four à 150°C.
- ☞ Faire revenir l'échalote restante dans de l'huile d'olive.
- ☞ Ajoutez la polenta, l'eau, le lait et les 20 cl de vin blanc restant. Salez et poivrez.
- ☞ Brassez pendant une heure en laissant mijoter sur un coin de fourneau.
- ☞ Dressez chaque truite sur une assiette. Versez la sauce près du poisson. Parachevez avec la polenta et des légumes de saison.

