

*Œufs*

# Oeuf florentine et purée d'épinard, dés de hareng fumé et poutargue



**2h10** **30 min** **1h40** **0** **541**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

## Étape 1

### Cuisson des oeufs

- 1 Commencer par remplir une casserole d'eau chaude et la mettre sur le feu.
- 2 Faire chauffer l'eau à 62°C en s'aidant d'un thermomètre de cuisson.
- 3 Placer alors les œufs dans l'eau et mettre un minuteur pour les cuire pendant 1h40 en maintenant constamment la température à 62°C.
- 4 Si l'on dispose d'un four vapeur, il est possible d'y cuire les œufs plus facilement sans avoir à les surveiller.

## Étape 2

### Réalisation de la purée d'épinard

- 1 Remplir une grande casserole d'eau et la porter à ébullition.
- 2 Préparer un saladier d'eau froide et de glaçons.
- 3 Laver les feuilles d'épinard pour retirer le sable.
- 4 Il n'est pas nécessaire de les équeuter, sauf si leur tige est vraiment trop grosse ou trop longue.

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour les oeufs

4 unité(s) entière(s)

**Oeuf(s) entier(s)**

1 **Sel**

1 **Piment d'Espelette**

### Ingrédients pour la purée

1.5 kg **Epinard**

80 g **Beurre**

10 ml **Lait demi-écrémé**

1 **Sel**

1 **Piment d'Espelette**

1 **Gros sel**

1 **Glaçon(s)**

### Ingrédients pour le dressage

200 g **Hareng(s) fumé(s)**

100 g **Poutargue (Oeufs  
de mulet)**

- 5 Saler au gros sel l'eau en ébullition et plonger les épinards.
- 6 Mettre le beurre dans une casserole et le cuire jusqu'à ce qu'il devienne noisette.
- 7 Une fois la coloration du beurre atteinte, couper le feu et stopper sa cuisson en ajoutant le lait.
- 8 Lorsque les petites côtes et le vert des feuilles s'effritent sans aucune résistance sous la pression des doigts, éteindre le feu.
- 9 A l'aide d'une écumoire ou d'une araignée, prélever les feuilles d'épinards et les plonger immédiatement dans le saladier d'eau glacée.
- 10 Cette action va permettre de stopper la cuisson mais surtout de fixer le vert de la chlorophylle et d'obtenir une couleur vive qui ne changera pas.
- 11 Egoutter les épinards, les verser dans le bol du mixeur plongeant avec le beurre noisette, mixer.
- 12 Rectifier la consistance si nécessaire avec du lait pour obtenir une purée d'épinard légèrement fluide.
- 13 Assaisonner de sel et de piment d'Espelette. Réserver cette purée au frais, couverte d'un film posé au contact.

### Étape 3

#### Découpe du hareng

- 1 Prendre les filets de harengs fumés et enlever la peau si ce n'est pas déjà fait.
- 2 Avec le couteau éminceur, tailler les filets en bandes régulières d'un demi centimètre et émincer le tout en dés.
- 3 Réserver dans un bol filmé au réfrigérateur.

### Étape 4

#### Fin de la préparation des oeufs

- 1 Lorsque le minuteur sonne, préparer un saladier d'eau glacée et plonger les œufs pendant 3 minutes pour stopper la cuisson.
- 2 Casser très délicatement les œufs pour récupérer les jaunes. Attention le blanc est encore liquide, et la pellicule qui entoure le jaune est légèrement coagulée.
- 3 Récupérer avec précaution les jaunes et les débarrasser dans des ramequins individuels recouverts de film.
- 4 Récupérer les blancs et les verser dans la cuve du siphon.
- 5 Ajouter un peu de sel et de piment d'Espelette et refermer le siphon.
- 6 Gazer la préparation avec la cartouche et placer le siphon au réfrigérateur pour qu'il soit bien froid.

### Étape 5

#### Dressage

- 1 Dans des assiettes creuses, verser la purée d'épinard.

- 2 Récupérer le siphon, bien l'agiter et mettre l'écume de blancs au centre de la purée.
- 3 Placer un jaune d'œuf au centre de chaque écume.
- 4 Disposer quelques dés de harengs fumés tout autour et quelques gouttes d'huile d'olive.
- 5 Terminer en râpant la poutargue sur l'assiette et en ajoutant un peu de piment d'Espelette. Servir.
- 6 Il est possible de réaliser soi-même de la poutargue en récupérant des œufs de bar ou de mullet. Pour cela, les recouvrir de sel pendant 5 à 6 heures, puis les rincer. Les faire sécher ensuite au réfrigérateur pendant 2 jours, puis à température ambiante dans un endroit ventilé pendant 1 semaine. Enfin les mixer et les passer au tamis pour récupérer une poudre rouge vive.