

# Aile de raie bouclée

## tiède aux légumes croquants et fleurs de câpriers

### Ingrédients pour 4 personnes

4 ailes de raie bouclée de 120 g  
net (faire prélever uniquement  
la partie charnue supérieure  
par son poissonnier, et éliminer  
la peau et le cartilage)  
90 g beurre  
40 g billes de carottes prélevées  
à la cuillère à oxtail  
40 g billes de céleri-rave prélevées  
à la cuillère à oxtail  
40 g billes de courgette prélevées  
à la cuillère à oxtail  
40 g fleurs de câpriers  
(en conserve à l'huile)  
20 g huile d'olive  
5 g pluches aneth  
5 g pluches cerfeuil  
30 g beurre  
fleur de sel,  
mignonnette 4 poivres  
vinaigre balsamique blanc  
émulsion huile d'olive  
(voir bases)  
sauce aux épices (voir bases)

### Préparation

Inciser le bord droit de l'aile de raie, afin d'éviter qu'elle se replie, puis la beurrer grassement (en utilisant environ les deux tiers du beurre, soit 60 g).

Cuire à l'étuvée les petites billes de légumes, en les gardant croquantes. Chauffer les fleurs de câprier dans l'huile d'olive.

Faire fondre doucement le reste du beurre (30 g) dans une poêle téfal et quand il mousse bien, y déposer les ailes de raie.

Cuire 40 secondes de chaque côté, de sorte que l'intérieur reste translucide, puis mettre les ailes sur une plaque à trous, afin de les assaisonner avec la fleur de sel, le poivre mignonnette et un filet de balsamique blanc.

Chauffer les deux sauces dans des pipettes (l'émulsion à l'huile d'olive et la sauce aux épices) et s'en servir pour tracer des zébrures irrégulières sur le poisson.

Dresser une aile de raie au centre de chaque assiette, répartir autour les billes de légumes étuvés, les fleurs de câpriers et les pluches d'herbes.

Servir avec le reste des deux sauces à part, en saucière.

