

## Lotte pochée au Piment d'espelette, farcie de Pouligny Saint Pierre



Plat **Moyen**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 20 mn

**Cuisson** : 20 mn

*Un mariage réussi entre le poisson et le fromage de chèvre.*

### Ingrédients

- 550 g de lotte
- piment d'espelette
- 0,5 pouligny saint pierre
- fleur de sel
- 500 g de jeunes carottes
- huile d'olive
- 1 cuillère à café de baies roses

### Préparation

- 1 Couper des tranches de 5 cm de long sur 5 mm d'épaisseur dans les filers de lotte.
- 2 Tailler le Pouligny en dés d'1 cm.
- 3 Assaisonner la lotte de piment et de fleur de sel, poser trois cubes de fromage au milieu et rouler dans un film plastique. Faire bouillir de l'eau dans une casserole et cuire 4 minutes.
- 4 Eplucher et tailler en biseaux des carottes jeunes, les sauter avec un peu d'huile d'olive, deux cuillères d'eau et une pincée de baies roses, stopper la cuisson lorsque les carottes sont devenues tendres.
- 5 Présenter la lotte débarassée de son film plastique et posée sur les carottes.

Proposé par

**Anicap**

Anicap

#### L'Anicap : fromagesdechevre.com

L'Association Nationale Interprofessionnelle Caprine, organisme agréé par les pouvoirs publics, rassemble producteurs et transformateurs de lait de chèvre français.

Sur le site [www.fromagesdechevre.com](http://www.fromagesdechevre.com), sachez tout de votre fromage préféré, découvrez la diversité des chèvres et découvrez des recettes pour toutes les occasions : en plateau, à l'apéritif, cuisiné sucré ou salé, en brochette, râpé, mariné...

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

