

# Filet de poisson du lac de bienne sur un lit de petits légumes, Soupe au curry rouge et Petit caquelon de pomme de terre au Vacherin Fribourgeois AOP



## Reinhold Karl

Membre du Team vainqueur du Swiss Finger Food Trophy 2013, Restaurant de la Clinique des Tilleuls 2501 Bienne



Reinhold Karl a suivi une formation de cuisinier en Allemagne. Il a occupé plusieurs postes saisonniers dans toute la Suisse, pour la plupart auprès d'Hôtels 5 étoiles. En 1986, il obtient le diplôme fédéral de chef de cuisine. Voilà plus de 18 ans qu'il est chef du Restaurant de la Clinique privée des Tilleuls à Bienne. Il est également passé par une formation en cuisine diététique. Il y a 7 ans, il a été le premier homme à suivre la formation de conseiller en nutrition pour les enfants et nourrissons. Il s'est présenté à plusieurs reprises avec des collègues à des expositions d'art culinaire et des concours de cuisine. Durant les années 2000 à 2002, c'est au sein de l'Equipe nationale de cuisine qu'il a remporté plusieurs succès lors de concours à Glasgow, Singapour et au Luxembourg. Durant ces dernières années, il a participé avec l'Equipe d'art culinaire de Bienne-Seeland à diverses compétitions tant à Bâle, à Lucerne qu'à Erfurt, lors desquelles ils ont décroché des médailles d'or et d'argent. Enfin, c'est en 2013 que cette même équipe a remporté le Swiss Finger Food Trophy, un concours d'un genre nouveau basé sur la gastronomie très tendance.

[www.kliniklindel.ch](http://www.kliniklindel.ch)

## INGRÉDIENTS

### INGRÉDIENTS

Pour 6 personnes

#### Filet de poisson, petits légumes:

200g d'aubergines  
1 cs d'huile d'olive, sel et poivre  
2 feuilles de basilic

## PRÉPARATION

### RÉALISATION DE 3 FINGER FOOD

#### PRÉPARATION

Filet de poisson du lac de bienne sur lit de petits légumes  
Couper l'aubergine en dés de 2cm.  
Mélanger l'aubergine avec l'huile d'olive, sel et poivre.  
Mettre au four 180°C 10 min.  
Laisser refroidir et ensuite mélanger le tout avec le fromage

## PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE



## Filet de poisson du lac de bienne sur un lit de petits légumes, Soupe au curry rouge et Petit caquelon de pomme de terre au Vacherin Fribourgeois AOP

1 cs de fromage frais (philadelphia)  
50g de citrouille coupé en cube  
10g de beurre, sel et poivre  
1 filet de vinaigre de pomme  
1 cs sweet Chilisauc  
3 petits filets de poisson  
1 cs de beurre, sel et poivre

### Soupe de curry rouge:

1 gousse d'ail pressée  
1 cs oignons haché  
1 cs huile d'olive  
1 filet de vin blanc  
50 g de lait de noix de coco  
1/2 dl crème  
1 tige de citronnelle, 5 g gingembre  
1/2 zeste de citron vert  
2 dl bouillon de poule  
20 tomates cherry coupées en deux  
1/2 cc pâte de curry rouge  
2 feuilles de basilic thaï

### Petit caquelon:

12 petites pommes de terre à raclette cuites  
12 brochettes  
2cs Vacherin Fribourgeois AOP râpé  
1/2 cc Farine  
1/4 gousse d'ail pressée  
3 cs vin blanc

frais et les feuilles de basilic.  
Disposer le mélange sur des cuillères-verrines.

Faire chauffer le beurre dans une poêle à frire.  
Ajouter les cubes de citrouille et laisser cuire à l'étuvée.  
Epicer puis déglacer avec le vinaigre de pomme et la sauce sweet chili.  
Le prévoir en tant que garniture.

Sécher et tamponner les filets de poisson.  
Les dorer dans le beurre chaud.  
Monter les assiettes en plaçant le poisson avec l'aubergine tout en garnissant l'assiette avec les cubes de citrouilles.

### *Soupe de curry rouge*

Chauffer la demi gousse d'ail, l'oignon et l'huile d'olive.  
Déglacer avec le vin blanc et ajouter tout les ingrédients.  
Laisser cuire une dizaine de minutes.  
Enlever la citronnelle et le gingembre.  
Mélanger le tout. Déguster!

### *Petit caquelon de pommes de terre au Vacherin Fribourgeois AOP*

Couper les pommes de terre à raclette aux deux extrémités et avec une cuillère à pommes parisienne les évider.  
Garnir avec les brochettes.  
Réchauffer les pommes de terre au four à 160°C 10 min avant de commencer le service.  
En même temps préparer la fondue à chaleur moyenne.  
Préparer les assiettes et les saupoudrer de poivre.

**Bonne dégustation !**