

# Fish & chips lobster bun

Pain lobster classic, fish and chips, jeunes pousses salades, câpres, sauce fred



Friteuse



## Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation le pain lobster en froid positif.

Laver et préparer les jeunes pousses d'épinards.

Laver et émincer le chou rouge.

Séparer à l'aide d'un couteau les pains roll des uns des autres, puis les trancher au milieu sur la longueur.

## Mise en oeuvre

Frir dans une friteuse à maximum 180° pendant environ 5/6 minutes le Fish.

Puis à l'aide d'un pinceau, badigeonner le beurre fondu sur les deux côtés mie du pain roll.

Puis sur une plancha chaude ou poêle, colorer chaque côté mie du pain roll.

L'ouvrir délicatement et ajouter :

- Le filet de cabillaud pané émincé en trois
- Plusieurs traits de sauce Fred's
- Les pousses d'épinards
- Le chou rouge
- Les câpres
- La branche d'aneth fraîche

Servir avec un quartier de citron.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
PAIN LOBSTER ROLL 20 CM	7551	1 pces
FILET FIN DE CABILLAUD PANE	7166	1 pces
SAUCE FRED PICKLES ESTRAGON	7748	30 g
Citron vert		0.2 pces
Beurre cru		5 g
Radis		1 pces
Aneth		2 g
Feuilles Epinards		5 g
Choux rouge		10 g
Capres		10 g