

Gratiné de Dés de Cabillaud au Curry

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- COEUR DE CABILLAUD	400g
- FARINE	1 c à soupe
- CURRY	1 c à soupe
- LARDONS	125g fumés
- CRÈME FRAICHE	40 cl
- MAIZENA	1/2 c à soupe
- CHAPELURE	un peu
- BAGUETTE(S)	en accompagnement
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Faites décongeler le poisson doucement (éventuellement au micro-onde) si nécessaire.
- Coupez le cabillaud en morceaux. Epongez-les bien.
- Emincez les lardons fumés au couteau.
- Dans une assiette creuse, mélangez la farine, le curry, sel et poivre.
- Préchauffez le four à 220°C.
- Roulez les dés de poisson dans le mélange farine-curry.
- Faites-les ensuite dorer dans du beurre chaud sur toutes les faces pendant 3-4 minutes. Réservez sur une assiette.
- Dans la poêle chaude, faites revenir les lardons émincés. Intégrez alors la crème fraîche et portez à ébullition. Liez avec la maïzéna. Retirez du feu.
- Répartissez la sauce crème-lardons dans 4 assiettes creuses. Déposez ensuite les dés de poisson et saupoudrez avec un peu de chapelure.
- Enfournez pendant 8-10 minutes.
- Servez dès la sortie du four avec un morceau de baguette en accompagnement.