

Parmentier de Poisson aux Poireaux et Curry

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 15 min

Ingrédients:

- COEUR DE CABILLAUD	500-600g
- POIREAUX ENTIERS	5
- CURRY	1 c à café
- CRÈME FRAICHE	15 cl
- CITRON(S)	le jus d'l
- POMME(S) DE TERRE	1.2 kg pour purée
- NOIX DE MUSCADE	
- OEUF(S)	1
- BEURRE	
- LAIT	
- PARMESAN RAPE	
- GRUYÈRE RAPÉ	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Nettoyez les poireaux et coupez-les en fines julienne.
- Dégelez les filets de poisson.
- Faites fondre les poireaux doucement dans le beurre chaud. Tournez avec une cuillère en bois dans la préparation pour que celle-ci n'attache pas. Attention les légumes doivent fondre mais pas dorer.
- Ajouter ensuite la crème fraîche, le jus de citron et assaisonnez généreusement de sel et poivre. Puis intégrez le curry.
- Déposez les filets de poissons sur les poireaux étuvés et couvrez. Laissez reposer hors du feu pendant 15 minutes. Retournez-les après 10 minutes. Salez et poivrez.
- Préparez la purée de pommes de terre. Faites-les cuire le temps nécessaire puis égouttez-les, ajoutez le beurre, le lait, l'œuf et la muscade. Salez et poivrez.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Placez les morceaux de poisson dans un plat à gratin puis recouvrez-les de poireaux et de crème au curry. Etalez ensuite la purée sur le tout.
- Saupoudrez de parmesan et de gruyère râpé.
- Enfournez le plat au four pour environ 25 min.
- Terminez sous le grill à 250°C pendant 5-8 minutes.

Remarque:

Servez accompagné de salade verte.