

Hachis parmentier de poisson

Difficulté : Facile

Préparation : 20 min / Cuisson : 40 min

Ingrédients pour 4 personnes :

- ✓ 500 g de filets de poisson blanc
- ✓ 800 g de pommes de terre
- ✓ 50 cl de court bouillon
- ✓ 12 g de beurre
- ✓ 10 cl de crème fraîche épaisse
- ✓ Sel & poivre

Préparation :

Recettes de Caline

Pelez et rincez les pommes de terre, puis faites-les cuire dans une casserole d'eau salée pendant 25 min environ, jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Pochez les filets de poisson encore congelé au court bouillon pendant 25 à 30 min (piquez au coeur pour voir s'ils sont cuits)
puis égouttez-les et effilochez la chair.

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Égouttez les pommes de terre et passez-les au presse-purée ou au moulin à légumes en incorporant la crème et le beurre.

Au besoin, ajoutez un peu d'eau de cuisson.
Salez et poivrez.

Beurrez un plat à four, ajoutez le poisson et recouvrez avec la purée et déposez 2 petites noisettes de beurre sur la purée

Enfournez pour 10 min environ à 180°C (Th.6)

Servez dès la sortie du four.

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!