


GRATIN DE POISSON GALICIEN

| | |
|-------------|---|
| Préparation | 15min |
| Cuisson | 45min |
| Total | 1h |
| Part(s) | 4 personnes |
| Difficulté |  |



Ingrédients :

| | |
|-------------------------------------|---|
| 800 g de filet de cabillaud | 50 ml de vin blanc |
| 400 g de poivron rouge | 100 ml de crème liquide |
| 1 oignon jaune | 1 cuillère à soupe de farine |
| 200 g de pommes de terre | Sel de table au sel de mer FUCHS |
| 50 g d'olives vertes | 2 cuillères à café de curcuma moulu FUCHS |
| 50 g d'olives noires | 1 cuillère à café d'ail granulé FUCHS |
| 200 ml de bouillon de légumes | 2 cuillères à café de persil FUCHS |
| 8 cuillères à soupe d'huile d'olive | 2 cuillères à café de piment de Cayenne FUCHS |

Préparation :

1. Mélanger le curcuma, l'ail granulé et le piment de cayenne.
2. Découper le poisson en gros cubes et les assaisonner avec environ un tiers du mélange d'épices et un peu de sel. Tailler le poivron en lanières. Éplucher les pommes de terre, les couper en tranches à la mandoline dans la longueur, les cuire 10 minutes dans de l'eau bouillante, puis les égoutter.
3. Laisser égoutter les olives. Faire chauffer un peu d'huile dans une poêle, y saisir délicatement le poisson de toutes parts, puis le réserver dans un plat à gratin. Faire revenir le poivron et l'oignon émincé dans l'huile restante.
4. Délayer la farine dans le vin, verser la préparation dans la poêle et ajouter la crème. Incorporer les épices restantes et le persil, puis compléter avec le bouillon de légumes. Ajouter les olives et les pommes de terre, puis saler à convenance.
5. Verser le contenu de la poêle dans le plat à gratin, mélanger délicatement et enfourner pour environ 30 minutes à 200 °C (convection haut/bas). Parsemer de persil frais avant de servir.

Astuce : accompagner de pain de campagne grillé et arrosé d'un filet d'huile d'olive.

