



Recette de Frédéric Galland
pour les Toquissimes

Cabillaud demi-sel comme un stockfisch revisité

Pour 1 personne

- 1 filet de cabillaud
- 2 pommes de terre
- ¼ poivron
- 1 tomate
- 1 branche de thym
- 10 olives noires dénoyautées
- 1 cuillère à café de fond de veau
- 1 gousse d'ail
- 10 oignons grelots (petits oignons blancs)
- ¼ oignons
- 2 cuillère à soupe de coulis de tomate
- 3 gouttes de vinaigre de vin

Laver et bien brosser le poivron pour éliminer toutes traces de poussières.
Le disposer dans un plat à four, l'arroser d'huile d'olives et le faire griller pendant 10 à 15 minutes à 180 degrés (thermostat 6).
Une fois cuit, le concasser (couper en gros morceaux).

Concasser la tomate.
Ciseler l'oignon finement et le faire suer dans une poêle avec un peu d'huile d'olives et une pointe de sel (faire suer un oignon c'est enlever le maximum d'humidité pour concentrer les saveurs – mettre l'oignon dans une poêle bien chaude puis baisser le feu – laisser cuire jusqu'à ce que l'oignon devienne translucide).
Y ajouter la tomate, le poivron, l'ail émincé et le fond de veau dilué dans un peu eau.

Cuire à l'eau les pommes de terre.
Dans une poêle ou un wok, faire chauffer les pommes de terre, la préparation poivron – tomate, le coulis de tomate, le thym, les olives et les oignons grelots. Amener l'ensemble à ébullition puis y ajouter le poisson et réduire le feu jusqu'à la cuisson de ce dernier.

Bon appétit

En partenariat avec



www.larecettemagique.com