

Gratin de cabillaud – Tomates champignons PDT



Ingrédients – Convives : 4 – Préparation : 30 min – Cuisson : 30 min TH 7 chaleur tournante



4 filets de dos
de cabillaud



4 à 6 PDT
moyennes fermes



195g net petits
champignons



2 càs crème
fraîche



20 cl crème
liquide



300g de tomates
concassées



Poivre & sel
suivant affinité !



Filet d'huile
d'olive



1 càs d'herbes
de votre choix



1 salade verte
saucée «léger»

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6), si possible en chaleur tournante.
2. Faire cuire les PDT 20 min dans de l'eau salée. Egoutter et laisser refroidir.
3. Eplucher les PDT et les tailler en fines rondelles.
4. Faire bouillir les filets de cabillaud pendant 5 min. Les égoutter, laisser refroidir.
5. Emietter grossièrement les filets. Rajouter 1 càs d'huile d'olive. Remuer.
6. Disposer dans un plat allant au four, le cabillaud en gros dés.
7. Option : Saupoudrer d'une càs de curry et de ½ verre de vin blanc sec.
8. Verser les tomates concassées, puis les champignons et une couche de crème épaisse.
9. Disposer les rondelles de pommes de terre et verser la crème liquide. Assaisonner.
10. Faire cuire au four pendant au moins 30 minutes, TH 6 à 7, 200°C jusqu'à absorption complète de la crème par les pommes de terre.
11. Accompagner d'une salade verte – Vinaigre à l'échalote, huile d'olive et ail ciselé.

* * * 13 janvier 2021 * * *