

les recettes d'Alice

Parmentier de cabillaud au pesto



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Economique



20 minutes



20 minutes



facile

Ingrédients

500 gr de pommes de terre
2 gousses d'ail
800 gr de filet de cabillaud
10 cl de crème liquide
Fumet de poisson

1 c à s de pignon de pin
6 branches de basilic
2 c à s de parmesan

Matériel nécessaire

1 mixeur 1 plat

Préparation et réalisation

- 1- Eplucher les pommes de terre et les cuire dans l'eau salée 15 min.
- 2- Porter 1 l d'eau à ébullition et ajouter 3 c à s de fumet déshydraté. Plonger les filets de poisson, et laisser cuire à feu doux 10 min. Les égoutter puis les émietter à la fourchette.
- 3- Effeuille le basilic et le mettre dans le bol du mixeur, ajouter les pignons, les gousses d'ail épluchées, le parmesan et la crème, mixer et assaisonner.
- 4- Ecraser grossièrement les pommes de terre à la fourchette, et les étaler dans in plat allant au four. Mélanger le poisson avec le pesto et recouvrir les pdt. Chauffer au four 10 min à 150°.

Conseils et astuces

Pour varier les plaisirs, remplacer les pommes de terre par une purée de courgette

Alice Délice

