



PLAT PRINCIPAL

TOURTE DE POISSON EN CROÛTE DE POMME DE TERRE



★★★★★ (115)

ENV. 1 H
POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

- 800 g** de pommes de terre à chair farineuse
- un peu** de sel
- 500 g** de filets de poisson à chair ferme (colin, cabillaud, églefin)
- 150 g** de saumon fumé
- ½ bouquet** d'aneth
- 1** tige de poireau
- 1 botte** de ciboulette
- 4 dl** de lait sans lactose
- un peu** de sel et poivre
- 1 pincée** de noix de muscade
- 3 à 4 cs** de maïzena
- 1 dl** de crème sans lactose
- 1 cs** d'huile de colza HOLL pour graisser le moule à gratin

PRÉPARATION

- 1** Éplucher les pommes de terre, les couper en cubes et les faire cuire dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'elles deviennent tendres.
- 2** Entretemps, sécher les filets de poisson en les tamponnant et enlever les éventuelles arrêtes avec une pincette. Couper les filets en morceaux de la taille d'une bouchée. Hacher grossièrement l'aneth.
- 3** Parer le poireau et le couper en fines rondelles. Hacher finement la ciboulette.
- 4** Jeter l'eau de cuisson des pommes de terre, les laisser égoutter brièvement et les écraser en purée. Ajouter 1 dl de lait et mélanger jusqu'à obtention d'une consistance homogène. Assaisonner avec le sel, le poivre et la noix de muscade.
- 5** Mélanger la maïzena avec le reste de lait, ajouter la crème et porter à ébullition sans cesser de remuer. Laisser mijoter la sauce pendant 3 à 5 minutes, enlever du feu et assaisonner si nécessaire. Incorporer les cubes de poissons, l'aneth, le poireau et la ciboulette.
- 6** Graisser le moule à gratin avec de l'huile. Mettre le mélange de poisson dedans et répartir la purée de pomme de terre dessus. Décorer à volonté avec une spatule ou une fourchette. Faire dorer la tourte pendant environ 30 minutes dans le four à chaleur tournante à 180 °C. Laisser reposer 10 minutes avant de servir.

ASTUCE

- Vous pouvez utiliser du brochet ou du sandre comme poisson suisse à chair ferme.