PLAT PRINCIPAL

TOURTE DE POISSON EN CROÛTE DE POMME DE TERRE

★★★★★ (144)

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.