

Brandade de Merlan à la Patate Douce

4 personnes

🕒 / 🕒 20min

🕒 26-28 min



INGREDIENTS

- ✓ 500 g de filets de merlan
- ✓ 50 cl de bouillon de légumes bio
- ✓ 4 patates douces
- ✓ 2 gousses d'ail pelées
- ✓ 60g de beurre + 20g pour le plat
- ✓ 15 cl de lait
- ✓ 2cm de gingembre frais pelé
- ✓ 3 cuillères à soupe de grosse chapelure
- ✓ ¼ de bottes de coriandre
- ✓ Fleur de Sel & Poivre du Moulin

PREPARATION

- 1.** Pelez et coupez les patates douces en cubes. Dans une casserole remplie d'eau froide salée faites cuire pendant 20min environ les patates douces avec l'ail écrasé. Passez les patates douces au moulin ou écrasez-les avec un presse-purée ou à la fourchette. Mélangez la pulpe avec le beurre coupé en dés et le gingembre finement haché, versez progressivement le lait préalablement chauffé. Salez et poivrez.
- 2.** Faites bouillir le bouillon de légumes dans une grande casserole, une fois à ébullition, plongez-y les filets de poisson et faites cuire à frémissement pendant 6 à 7 min. Egouttez le poisson et écrasez-le avec une fourchette puis mélangez-le à la purée de patate douce et la coriandre ciselée.
- 3.** Beurrez un plat à gratin, garnissez de purée de patate douce mélangée au poisson, saupoudrez de chapelure et enfournez pendant 6 à 8 min sous le grill du four. Dégustez chaud.