

Mijoté de poisson

pour 4 personnes

préparation : 20 mn

cuisson : 40 mn

Ingrédients :

- 250g de saumon
- 250g de cabillaud
- 3 poireaux
- 400g de pommes de terre (chair ferme)
- 1 oignon
- 40cl de crème liquide
- 15cl de vin blanc sec
- 1 à 2 cuillerées à soupe de moutarde
- 1 cuillerée à café de maïzena
- 4 brins de ciboulette
- huile d'olive
- sel, poivre

Épluchez les pommes de terre et coupez-les en morceaux, faites-les précuire 10 mn à l'eau salée. Retirez les racines et le vert abîmé des poireaux. Lavez-les et émincez-les en rondelles.

Pelez et ciselez l'oignon, faites-le revenir 5 mn dans un filet d'huile avec les poireaux. À feu doux, ajoutez les pommes de terre égouttées. Prolongez la cuisson de 10 mn en remuant régulièrement.

Versez le vin, laissez-le réduire de moitié. Mélangez la moutarde avec la crème et la Maïzena. Salez, poivrez. Versez sur les légumes et laissez cuire jusqu'à ce que la préparation épaississe.

Coupez le poisson en cubes, ciselez la ciboulette. Ajoutez-les à la préparation et mélangez. Enfournez 10 mn à four chaud (200°).