



Poissons

Brandade de haddock et patates douces



50 min 15 min 35 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

513

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

Ingrédients pour la brandade

600 g **Filet(s) de Haddock**
750 g **Patate(s) douce(s)**
15 cl **Lait de coco**
50 cl **Lait demi-écrémé**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
40 g **Beurre**
10 cl **Crème fraîche épaisse**
10 feuille(s) **Coriandre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la purée de patates douces

- 1 Éplucher et couper grossièrement les patates douces.
- 2 Les faire cuire à la vapeur ou à l'eau jusqu'à ce qu'elles soient fondantes.
- 3 Les mettre dans une casserole avec le beurre, le lait de coco, la crème fraîche, le sel et le poivre.
- 4 Faire cuire pendant quelques minutes en remuant, afin d'obtenir une purée homogène.
- 5 Ciseler la coriandre fraîche et l'ajouter à la purée de patates douces.

Étape 2

Préparation du haddock

- 1 Couper le haddock en gros morceaux à l'aide d'un couteau si besoin.
- 2 Le mettre dans une casserole avec le lait et de l'eau.
- 3 Le faire pocher pendant une quinzaine de minutes.
- 4 Une fois cuit, l'égoutter et le rincer à l'eau froide.
- 5 Lever la peau du haddock et les éventuelles arêtes, effiloche sa chair. La peau du haddock s'enlève

facilement après cuisson.

- 6** Pour un résultat plus fin, passer la chair du haddock pendant quelques secondes au mixeur.

Étape 3

Dressage de la brandade de haddock et patate douce

- 1** Ajouter le haddock dans la casserole avec la purée de patates douces.
- 2** Verser l'huile d'olive et mélanger à nouveau.
- 3** Mélanger et servir chaud.
- 4** On peut s'aider d'un cercle pour réaliser une jolie présentation à l'assiette.