



CRUMBLE DE CABILLAUD, POMMES CANADA, POMMES DE TERRE & BROCOLIS



INGRÉDIENTS

- 400 gr de cabillaud,
- 4 pommes Canada,
- 2 pommes de terre à chair ferme,
- 1 tête de brocoli,
- 2 gousses d'ail,
- 8 brins de ciboulette,
- 1 litre de lait,
- huile d'olive.

POUR LE CRUMBLE

- 100 gr de parmesan,
- 100 gr de poudre d'amandes,
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive.

PRÉPARATION

Laver et cuire les pommes de terre avec la peau. Eplucher, tailler en dés de 1 cm de côté puis déposer dans un saladier.

Eplucher et citronner les pommes Canada pour éviter qu'elles ne noircissent. Tailler en dés comme les pommes de terre.

Pour faire le court-bouillon, chauffer le lait, saler, ajouter la tête de brocoli finement émincée, les gousses d'ail écrasées et une pointe de piment d'Espelette.

Tailler le filet de cabillaud en gros morceaux et les plonger dans le lait frémissant. Ajouter les pommes et saupoudrer de fleurs de brocoli à l'aide d'une mandoline. Faire cuire à petits bouillons pendant 5 à 6 minutes. Égoutter.

Dans le saladier de pommes de terre, ajouter la ciboulette finement ciselée, de l'huile d'olive, saler et poivrer. Ajouter le bouillon de pommes, cabillaud et brocolis.

Mélanger et répartir la garniture au $\frac{3}{4}$ dans 4 plats à gratin pour laisser de la place au crumble.

PRÉPARATION DU CRUMBLE

Dans un saladier verser autant de parmesan que de poudre d'amande, du brocoli râpé et une pincée de Piment d'Espelette. Ajouter l'huile d'olive et mélanger jusqu'à obtenir une pâte sableuse.

Répartir une bonne couche de crumble sur les plats à gratin et enfourner pendant 5 à 6 minutes à 200°C.

PRÉSENTATION

Avant de servir, saupoudrer de fleurs de brocoli râpées pour la finition.

Un plat goûteux à déguster bien chaud !



Retrouvez nos recettes sur :
www.blue-whale.com



FRUITICULTEURS DEPUIS 1950