

HACHIS DE POISSON A LA PUREE DE CAROTTES

Pour 6 personnes

Préparation 15 mn

Cuisson 30 mn

1, 2 kg de cabillaud

60 cl de fumet de

poisson

1 petit bouquet de persil

plat

1 petit piment rouge

800 g de carottes

100 g de beurre

1 pointe de muscade

moulue

Sel, poivre du moulin

Eplucher les carottes, les couper en petites rondelles et les plonger dans de l'eau bouillante salée. Les faire cuire 15 mn.

Pendant ce temps, porter le fumet de poisson à ébullition. Y plonger le cabillaud et le faire pocher 10 mn. L'égoutter et l'émietter.

Égoutter les carottes et les écraser au moulin à légumes. Ajouter le beurre et la muscade, poivrer et mélanger bien. Préchauffer le four th. 4 (120°).

Laver, sécher, éffeuiller et hacher le persil. Laver, épépiner et hacher finement le piment. Mélanger le poisson avec le persil et le piment haché. Répartir la préparation dans 6 ramequins, les recouvrir de purée de carottes et enfourner 5 mn. Servir dès la sortie du four.