



Blanquette de cabillaud

LA CUISINE DE BOOMY

Pour 4 pers / 5 spl par pers

- 4 de dos de cabillaud
- 1/2 oignon émincé
- 1 cc d'huile d'olive
- 2 belles poignées de poireaux surgelés
- 3 carottes
- 200 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 200 ml de crème liquide à 15 % de mg
- 1 cs de curry doux
- 1 cc de sauceline
- Sel, poivre

Emincer l'oignon. Eplucher les carottes, les laver et les couper en rondelles. Faire chauffer l'eau et y faire fondre le bouillon cube.

Faire chauffer l'huile dans une sauteuse et faire revenir l'oignon, les poireaux et la carotte pendant 5 minutes. Ajouter le bouillon de volaille et le curry, saler, poivrer et laisser cuire les légumes pendant 15 minutes à feu doux. Ajouter alors la sauceline et la crème, mélanger le tout. Mettre ensuite les dos de cabillaud dans la sauteuse, couvrir laisser mijoter à feu doux pendant 8 minutes en retournant délicatement les dos de cabillaud à mi-cuisson.

Servir immédiatement avec du riz.