

MORUE A LA CATALANE AU CAKE FACTORY



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette du site [MARMITON](http://marmiton.com)

Ingrédients :

- 3 tomates
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- 600 g de morceaux de morue dessalée
- 2 gousses d'ail
- thym
- 1 feuille de laurier
- sel, poivre

Préparation :

- Faire revenir l'oignon émincé dans un peu d'huile d'olive
- Tailler le poivron en fines lamelles et le faire revenir avec les oignons.
- puis ajouter l'ail écrasé, le thym, le laurier, le sel, du poivre et un peu d'eau
- couvrir et cuire environ 10 minutes
- puis ajouter la pulpe des tomates, remuer et laisser cuire 5 minutes à feu doux.
- Fariner les morceaux de morue, après avoir enlevé la peau, les grosses arêtes et les avoir séchés
- Les faire revenir dans de l'huile d'olive.
- Quand bien revenus, les mettre dans un plat du cake factory
- Recouvrir le tout de la préparation de tomates
- placer le moule dans le cake factory
- sélectionner le programme P6- manuel pour 20 minutes à 220°C

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.

THERMOMINOX 2021

<http://thermominoux.over-blog.com>