Parmentier de poisson saumon et cabillaud

Un parmentier de la mer : saumon et cabillaud sous une purée gratinée. Un plat complet adoré des enfants.

4 personnes	25 min préparation	45 min cuisson	70 min au total	moyen niveau

Ingrédients

- 300 g de filets de cabillaud
- 300 g de filets de saumon
- 800 g de pommes de terre
- 600 ml d'eau
- 250 ml de lait
- 60 g de beurre
- 20 g de farine
- 1 c. à soupe d'aneth
- 50 g de gruyère râpé
- 2 c. à café de sel

Préparation

1. Verser l'eau salée dans le bol, mettre les pommes de terre dans le panier et les poissons dans le Varoma.
2. Cuire à la vapeur.
   25 min / Varoma / vitesse 1
3. Émietter le poisson dans un plat. Vider le bol.
4. Préparer la sauce avec 20 g de beurre, la farine, 150 ml de lait et l'aneth.
   5 min / 90°C / vitesse 3
5. Verser la sauce sur le poisson.
6. Écraser les pommes de terre avec le lait restant et le beurre restant.
   20 sec / vitesse 4
7. Couvrir de purée, parsemer de gruyère et gratiner 15 minutes à 200°C.

Le conseil de Tiha
Vérifie l'absence d'arêtes en effritant le poisson du bout des doigts.

Conservation : 2 jours au réfrigérateur.