

Recettes créoles de la mer

Brandade de morue au fruit à pain

<p><u>Ingrédients pour 6 personnes</u></p> <ul style="list-style-type: none">• 1 fruit à pain de 1,5 kg environ• 800 gr de morue dessalée• 300 ml de lait• 50 gr de beurre doux• 3 pieds de cive• 1 oignon• 2 gousses d'ail• 4 épices en poudre• Sel• Poivre• Thym (facultatif)• Persil• Chapelure• 1 noix de muscade	<p>Budget : €</p> <p>Difficulté : moyen</p> <p>Préparation : 45 mn</p> <p>Cuisson : 20 mn + 5 mn + 20 mn</p>
--	--

Couper le fruit en 4 et enlever le cœur.

Peler le fruit à pain, le passer rapidement sous l'eau et le couper en petits morceaux.

Disposer dans le panier vapeur de la cocotte.

Mettre la morue préalablement bien dessalée (important), dans le panier vapeur, sur le fruit à pain.

Mettre de l'eau dans la cocotte, environ 5 cm à 10 cm, et la fermer.

Cuire 20 mn dès la mise en route de la soupape.

En fin de cuisson, ouvrir la cocotte et séparer la morue du fruit à pain.

Émietter la morue au couteau.

Dans un plat, écraser le fruit à pain à la fourchette ou au presse-purée.

Éplucher et hacher finement oignon et cive.

Verser oignon et cive dans la cocotte avec l'huile, le beurre et les 4 épices en poudre.

Verser le lait, râper la noix de muscade, presser l'ail et lorsque le lait est chaud, ajouter le fruit à pain écrasé.

Ajouter les miettes de morue, mélanger et laisser cuire 5 mn à feu moyen.

Si trop sec, rajouter du lait.

Mettre dans un plat à gratin et parsemer de persil.

Saupoudrer de chapelure et mettre au four préchauffé à 200° pour 20 mn.

En fin de cuisson, mettre le four sur la position grill pour finir de dorer le plat.