Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Coeur de cabillaud en robe de Serrano, confit de poivrons rouges au safran, polenta

Ingrédients

Préparation

Préchauffer le four à 180°C.
Couper les poivrons en 2 et retirer les graines et tous les filaments blancs.

Former une papillote avec une feuille d'aluminium et y disposer les morceaux de poivrons. Refermer la papillote de manière à ce qu'elle soit la plus hermétique possible. Cuire pendant 40 minutes dans un four préchauffé à 150°. Sortir du four, laisser refroidir et éplucher les poivrons. Les hacher grossièrement.

Eplucher et hacher finement l'ail. Le faire revenir doucement dans 2 cuillérées à soupe d'huile. Ajouter les poivrons, ½ dosette de safran, ½ cuillérée à café de piment d'espelette, le romarin, du sel et une pointe de poivre.

Saler et poivrer les coeurs de cabillaud, envelopper chaque filet dans une tranche de Serrano avec une feuille de laurier. Déposer dans un plat allant au four, verser un filet d'huile d'olive et enfourner pour 10 minutes.

Faire bouillir le lait et le bouillon et y ajouter la polenta en pluie. Baisser le feu au minimum et remuer sans cesse pendant 3 minutes. Ajouter le beurre en morceaux, le parmesan, saler et poivrer et servir bien chaud.
Hacher finement la ciboulette et le persil plat. Mélanger les herbes, saler et poivrer et verser un filet d'huile d'olive.

Au moment de servir, déposer un filet de poisson en assiette sur un lit d'herbes. Verser la polenta crémeuse et déposer un peu de confit dessus.

Notes :