

# Le hachis parmentier de merlu

une recette de Benjamin Bajoux

3

## LES INGRÉDIENTS (4 personnes)

- 300 g de chair de poisson
- 400 g de pommes de terre
- 50 ml de lait
- 50 ml Crème
- Noix de muscade
- 2 échalotes
- 2 carottes
- 1 gousse d'ail
- 10 cl de fumet de poisson
- 20 cl de crème fraîche ou fromage blanc avec herbes

## LES 8 ÉTAPES DE LA RECETTE

- 1- Éplucher les pommes de terre, puis les couper en dés et les faire cuire dans de l'eau salée.
- 2- Faire une purée de pommes de terre (chair ferme) avec beurre, crème, lait et noix de muscade.
- 3- Éplucher et couper finement tous les légumes (échalotes, carottes, la gousse d'ail).
- 4- Tailler le poisson en fines tranches puis en dés.
- 5- Prenez une casserole et faites revenir dans une noisette de beurre : l'ail, les carottes et les échalotes émincées.
- 6- Ajouter le poisson et le cuire très rapidement pour éviter qu'il ne soit trop cuit, ajouter de la sarriette, du poivre et du sel.
- 7- Déglacer avec du fumet de poissons et de la crème fraîche. Laisser réduire et réserver.
- 8- Assembler en mettant une couche de poissons puis une couche de purée. Couvrir de parmesan et cuire 15 minutes au four.

## L'ASTUCE DU CHEF

Benjamin Bajoux, chef du Balsamique Restaurant, confie son astuce pour concocter un gratin (encore plus) exotique : *"Pour plus de goût, remplacer les pommes de terre par des patates douces !"*



RETROUVEZ TOUTES NOS RECETTES : <http://bit.ly/Recette-chtis-plats>