

Cocotte de pommes de terre et de poisson

Ingrédients 3/4 pers

1.5 kg de pommes de terre
1 morceau de cabillaud
1 gros oignon
2 gousses d'ail
1 cuillère à dessert de graines de cumin
1 petite cuillère à dessert de piment
Sel -poivre
Persil frais
2 c à soupe de concentré de tomates
100 g environ de tomates concassées

Déroulement

Éplucher les pommes de terre et les couper en bâtons assez gros.

Éplucher l'oignon et l'émincer.

Plucher les gousses d'ail.

Dans une cocotte en fonte, chauffer 1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

Y faire dorer l'oignon émincé puis l'ail écrasé.

Ajouter les graines de cumin, le piment et remuer.

Ajouter les pommes de terre avec la concassée de tomates, 2 cuillères à soupe de concentré de tomates et 400 ml d'eau.

Assaisonner et mettre le persil haché.

Laisser cuire à petits feux.

Couper le poisson en gros morceaux, assaisonner d'huile d'olive, de sel, de piment et de poivre.

Poser les morceaux de poisson sur les pommes de terre, fermer le couvercle de la cocotte et poursuivre la cuisson 10/15 minutes selon l'épaisseur du poisson.

Crumble quetsches poire

Ingrédients

300 g environ de quetsches
1 poire
50 g de beurre
50 g de sucre
50 g de farine
20 g de poudre de noisette

Déroulement

Mélanger le beurre avec le sucre, la farine et la poudre de noisette, former des miettes, réserver au frais.

Laver et couper les quetsches en deux, éplucher et couper en tranches la poire.

Répartir les quetsches et la poire dans un plat à gratin.

Mettre le crumble dessus.

Cuire dans le four à 180° pendant 30 minutes.