

LE **CARRELET** RÔTI,
ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE À
L'HUILE D'OLIVE



lespoissonspepitesdenormandie.fr



LE CARRELET RÔTI, ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE À L'HUILE D'OLIVE

Par Leprince & Compagnie



INGRÉDIENTS

1 gros carrelet de 2 kg

(Faire retirer par le poissonnier la tête, la queue et les nageoires)

6 grosses pommes de terre

½ oignon

2 dl d'huile d'olive

2 gousses d'ail écrasées

1 verre de cidre brut

50 gr de beurre

1 branche de thym

1 feuille de laurier

Sel - poivre

PRÉPARATION

- 1 Bien essuyer le carrelet, l'assaisonner de sel et de poivre. Le déposer dans une plaque beurrée et légèrement salée allant au four. L'arroser d'un peu d'huile d'olive.
- 2 Ajouter l'oignon émincé, le thym, le laurier, l'ail, le cidre et le beurre en petits cubes. Mettre au four à 180° pendant 15 mn. Ne pas oublier d'arroser le poisson pendant la cuisson.
- 3 L'écrasé de pommes de terre : enfermer les pommes de terre dans du papier aluminium et les mettre à cuire au four une bonne heure à 180°. Une fois cuites, enlever la pulpe des pommes de terre à l'aide d'une cuillère à soupe. La mettre dans un saladier, saler, poivrer, ajouter l'huile d'olive et fouetter énergiquement. (Si trop dense, ajouter un peu de lait).
- 4 Déposer le carrelet cuit dans un plat, ajouter dessus la garniture de cuisson. Servir à part l'écrasé de pommes de terre.



Retrouvez toutes nos idées recettes sur
lespoissonspepitesdenormandie.fr

Déguster avec un bon cidre Normand.

