



Chaussons de poisson et merlan en soupe

Chaussons de poisson aux épinards (pour 4 pièces)

- 2 pâtes brisées
- 2 dos de cabillaud de 250 g
- 1,5 kg d'épinards frais
- 2 échalotes
- 2 dl de crème
- 100 g de gruyère râpé
- 50 g de beurre
- 1 jaune d'œuf
- Sel et poivre du moulin

1/ Préchauffez le four à 180°C.

2/ Epluchez et émincez finement l'échalote et faites la tomber dans une noix de beurre.

3/ Pendant ce temps, lavez les épinards et égouttez-les. Ajoutez-les aux échalotes et faites tomber à feu vif pour éliminer l'eau. Assaisonnez de sel, poivre et d'une pointe de muscade et terminez avec un filet de crème.

4/ Coupez le cabillaud en fine lamelles et réservez.

5/ Déroulez la pâte brisée et coupez-la en deux.

6/ Garnissez le fond de pâte de la tombée d'épinards, garnissez de lamelles de cabillaud et terminez avec le gruyère râpé.

7/ Repliez la pâte pour fermer le chausson. Dorez au jaune d'œuf battu et faites une cheminée au centre.

8/ Cuisez au four pendant 25 min à 180°C.

9/ Lorsque le chausson est cuit, sortez-le du four et dressez-le sur assiette avec un beau de persil.



Merlan en soupe (pour 4 personnes)

- 750 g de filet de merlan
- 3 gros oignons émincés
- 1 gousse d'ail hachée
- 4 pdt moyennes émincées
- 25 cl de lait
- 25 cl de fumet de poisson
- 20 cl de crème fraîche épaisse
- 1 càc de safran
- 4 tranches de pain blanc écroutées
- 100 g beurre clarifié
- 1 citron
- 3 càs de persil haché
- 125 g de beurre ramolli
- Sel et poivre noir

1/ Confectionnez un beurre maître d'hôtel en mélangeant le persil avec le beurre, l'ail haché et le jus de citron. Salez et poivrez. Réservez au frais.

2/ Dans une casserole, faites suer les oignons émincés, les pommes de terre en quartiers, le lait et le fumet de poisson jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites.

3/ Lorsque les pommes de terre sont cuites, mixez le tout.

4/ Dans une casserole d'eau salée frémissante, faites cuire le merlan pendant +/- 5 min. Ensuite égouttez et réservez.

5/ Pendant ce temps, faites frire les croûtons dans le beurre clarifié.

5/ Réchauffez le potage mixé à feu doux. Saupoudrez de safran et faites mijoter 5 min. Incorporez le merlan et la crème fraîche. Rectifiez l'assaisonnement.

6/ Servez la soupe de poisson avec les croûtons frits tartinés de beurre maître d'hôtel.

Regardez la préparation en vidéo : http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/recettes/article_chaussons-de-poisson-et-merlan-en-soupe?id=8388465&emissionId=5931