

Parmentier de poissons

Pour 6 à 8 personnes

Préparation : 30 minutes

Cuisson : 30 minutes

- 1 kg de pommes de terre épluchées à chair fondante (type blue belle, bintje...)
- 40 cl de lait 1/2 écrémé
- 40 g de beurre
- 300 g de poisson ou reste de poissons cuits (saumon, cabillaud)
- 1 cube de court-bouillon (pour la cuisson du poisson)
- 1 gousse d'ail
- Quelques brins de persil (la valeur d'une cuillère à soupe)
- Sel
- Poivre
- Beurre pour le plat

Pour une préparation traditionnelle : Mixez le persil avec la gousse d'ail.

Épluchez et coupez-les en gros morceaux.

Placez-les dans une casserole. Recouvrez d'eau froide et faites cuire 20 minutes. Au bout de 5 minutes de cuisson, ajoutez la valeur d'une cuillère à soupe de gros sel. *Vérifiez la cuisson en plantant une lame de couteau.*

Égouttez les pommes de terre.

Faites chauffer le lait.

Écrasez les pommes de terre à l'aide d'un presse-purée. Ajoutez le beurre en morceaux et mélangez avec une cuillère en bois énergiquement. Versez le lait chaud petit-à-petit en remuant toujours énergiquement pour battre la purée. C'est ce qui va donner une purée onctueuse (astuce donnée par ma belle-mère).

Cuisson du poisson (si c'est un reste de poisson, passez à l'étape suivante) : Faites bouillir 1 litre d'eau dans une casserole.

Ajoutez le cube de court-bouillon et laissez fondre.

Ajoutez les morceaux de poisson (je les laisse les portions entières) et faites pochez 6 à 9 minutes à feu très doux en fonction de la taille des morceaux de poisson.

Ajoutez le poisson émietté grossièrement et la persillade dans la purée.

Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.

Préparation au thermomix : Si vous souhaitez mettre une chapelure faite de pain dur, mixez-le en premier.

Mixez le persil et l'ail **4 secondes/vitesse 5**. Réservez et rincez le bol.

Placez le fouet dans le bol et les pommes de terre coupés en gros morceaux. Ajoutez le lait, le sel et programmez **24 minutes/vitesse 1/fonction sens inverse sans le gobelet** et en plaçant le panier cuisson sur le dessus.

Ajoutez le beurre et mixez **40 secondes/vitesse 3**.

Ajoutez le poisson cuit (voir cuisson plus haut) grossièrement émietté, la persillade puis mélangez **20 secondes/vitesse 2/fonction sens inverse**.

Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.

Pour les deux modes de préparation : Beurrez un plat à gratin et répartissez la purée. Faites des rayures à la fourchette.

Vous pouvez parsemer de chapelure ou de pain dur mixé (à mixer en début de préparation). Pour ma part c'est selon l'humeur.

Glissez au four préchauffé à 180° C pour 25 à 30 minutes pour un four traditionnel. J'utilise ma fonction gratin de mon four à 180° C pendant 15 minutes puisque je fais la cuisson suite à la préparation. Par contre si vous le préparez à l'avance, il faudra prévoir 20 minutes + 10 minutes en position gratin.

Servez ce parmentier accompagné d'une salade verte.