



Skrei poêlé à la sauce moutarde et pommes de terre persillées



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

1 kilogramme de pommes de terre
800 grammes de filets de skrei
sel et poivre
2 cuillères à soupe de farine
1 noisette de beurre (+ un peu)
1 échalot (émincée)
1 verre de vin blanc
1 feuille de laurier
2 brins de thym
2 décilitres de fond de poisson
2 décilitres de crème
2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne
1 bouquet de persil plat (ciselé)

Méthode de préparation

- 1.** Épluchez les pommes de terre et faites-les cuire dans de l'eau légèrement salée. Égouttez.
- 2.** Séchez bien le skrei et salez-le et poivrez-le de chaque côté. Saupoudrez-le d'un peu de farine. Faites fondre une belle noix de beurre dans une poêle avant d'y faire dorer délicatement le skrei des deux côtés. Retirez-le de la poêle et dressez-le sur un plat de cuisson préchauffé. Couvrez-le d'une feuille d'aluminium pour le garder au chaud.
- 3.** Dans la même poêle, faites blondir brièvement l'échalote. Arrosez de vin et ajoutez le laurier et le thym. Laissez réduire un peu, puis versez le fond de poisson. Laissez réduire celui-ci avant d'ajouter la crème et la moutarde à l'ancienne. Laissez la sauce s'épaissir. Salez et poivrez.
- 4.** Mélangez les pommes de terre et le persil et ajoutez un peu de beurre. Accompagnez-en le poisson à la sauce moutarde.