



Cabillaud puttanesca



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

4 cuillères à soupe de beurre
6 gousses d'ail (hachées finement)
4 filet d'anchois
1 tiret de vin blanc
1 boîte de tomates pelées (écrasées)
1/2 cuillerée à thé origan séché
1/2 cuillerée à thé thym séché
20 olives noires
2 cuillères à soupe de câpres (égouttés)
800 grammes de filet de cabillaud coupé
1 bouquet de persil plat (haché finement)
1 cuillerée à thé de piments rouges (hachés)
1/2 citron (zeste râpé)
sel et poivre

Méthode de préparation

- 1.** Faites fondre le beurre dans une casserole allant au four et ajoutez l'ail et les anchois. Continuez à remuer jusqu'à ce que l'ail prenne une légère couleur et que les filets d'anchois se désagrègent.
- 2.** Ajoutez le vin et laissez réduire.
- 3.** Ajoutez les tomates pelées, l'origan et le thym. Laissez réduire jusqu'à obtenir une sauce épaisse et ajoutez les olives et les câpres. Assaisonnez avec du poivre et du sel.
- 4.** Coupez le poisson en quatre morceaux et placez-les dans la sauce. Mettez au four préchauffé à 180 °C pendant 10 minutes.
- 5.** Terminez avec du persil plat, des piments rouges et du zeste de citron.