Filet de lingue en croûte

Temps de préparation
> 1h

Difficulté
Moyenne

Ingrédients

750 grammes de choux de bruxelles (nettoyés et coupés en deux)
100 grammes de lards en lamelles (fumés)
1⁄2 oignon (émincé)
4 pièces de lingue
bouillon de poisson
1 kilogramme de pommes de terre (pelées et coupées en morceau)
beurre
100 ml de lait
2 cuillères à soupe de moutarde
noix de muscade
sel et poivre

Méthode de préparation

1. **Préchauffez le four à 200 °C.**

2. **Cuisez les choux de Bruxelles dans une eau légèrement salée. Égouttez-les.**

3. **Faites revenir les lardons jusqu'à ce qu'ils soient croustillants.**

4. **Mélangez un tiers des choux de Bruxelles avec l'oignon émincé et les lardons croustillants. Salez et poivrez.**

5. **Disposez les filets de lingue dans un plat de cuisson. Parsemez-les du mélange de choux de Bruxelles.**

6. **Ajoutez le bouillon de poisson.**

7. **Faites cuire 30 minutes au four préchauffé.**

8. **Passez le plat au grill pendant 5 minutes.**

9. **Faites cuire les pommes de terre. Égouttez-les. Mélangez le lait, la moutarde et une noisette de beurre avec la purée. Réduisez en purée. Assaisonnez-les de noix de muscade, de sel et de poivre.**

10. **Faites fondre une noisette de beurre dans une poêle et faites-y revenir des choux de Bruxelles. Assaisonnez avec du sel, du poivre et de la noix de muscade.**

11. **Servez la purée et les choux de Bruxelles avec les filets de lingue.**