

Gratin haddock-poireau

Un plat complet prép. : 20 min. cuisson : 40min.

Pour 4 personnes :

250 g de boulgour
2 poireaux
400 g de haddock
15 cl de crème liquide
1 œuf
10 cl de lait
40 g de beurre
75 g de parmesan râpé, sel, poivre

Préparation :

1. Rincez le boulgour. Mettez-le dans une casserole avec 2 fois son volume d'eau froide. Salez, portez à ébullition et faites cuire 7 min. Eteignez le feu, couvrez la casserole, laissez gonfler 15 min. Egouttez le boulgour dans une passoire.
2. Faites bouillir le lait dans une casserole avec 30 cl d'eau et du poivre. Mettez le haddock à pocher dedans 6 à 8 min. sur feu moyen. Egouttez-le et laissez- le refroidir .
3. Nettoyez, émincez et lavez les blancs de poireaux. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez les poireaux égouttés, salez, poivrez, laissez les cuire 15 min. sur feu moyen.
4. Préchauffez le four à 180°C. Battez l'œuf avec la crème et la moitié du parmesan, salez, poivrez. Mélangez le boulgour avec les poireaux cuits et la crème. Repartissez le mélange dans un plat à gratin avec le haddock émietté, lissez la surface. Parsemez le dessus avec le reste de parmesan. Faites cuire le gratin 20 min. au four.
5. Sortez le gratin et servez aussitôt.

Flognarde (de la Corrèze)

Préparation : 15 min. cuisson 30 min.

Pour 6 personnes :

50 g de farine
8 œufs
155 g de sucre
90 g de Maïzena
1 sachet de sucre vanillé
2 c. à s. d'eau de vie ou de rhum
50 cl de lait
50 cl de crème
4 pommes ou poires

Préparation :

1. Dans un saladier mélangez la farine, la Maïzena, le sucre ainsi que le sel.
2. Incorporez peu à peu les œufs , la crème, l'alcool et le lait froid.
3. Beurrez et farinez un plat à haut bords. Tapissez le fond avec les pommes ou poires préalablement épluchées, épépinées et coupées en morceaux. Versez la pâte.
4. Cuisez au four préchauffé à 200°C pendant 20 –30 min.
5. Parsemez le dessus d'un peu de sucre à la sortie du four.

Ce dessert, proche du clafoutis, est aussi bon chaud que froid.