

# MORUE AU BOURSIN



## Les ingrédients :

- 1 filet de morue de par personne
- 4 pommes de terre grelot par personne
- Huile d'olive
- 1 oignon vert (le blanc et le vert ciselés séparément)
- 1 blanc de poireau ciselé
- 1 pincée muscade râpée
- 1 brocoli en bouquets
- 1 fromage *Boursin ail et fines herbes*
- Zeste de citron
- Sel et poivre

## La préparation et méthode de cuisson : **sur la cuisinière**

1. Dans une casserole d'eau salée, faire bouillir les grelots quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient pratiquement cuits et les couper en deux. Égoutter et faire sauter à l'huile d'olive dans un poêlon avec les blancs de l'oignon vert et de poireau. Saler et poivrer durant la cuisson. Ajouter le vert des échalotes et assaisonner d'un peu de muscade.
2. Dans une casserole d'eau salée, faire blanchir les bouquets de brocolis jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Égoutter et écraser à l'aide d'un pilon. Ajouter le Boursin, puis saler et poivrer.
3. Dans une poêle antiadhésive, saisir les filets de morue à l'huile d'olive. Saler et poivrer, puis retourner et cuire lentement jusqu'à la cuisson désirée.
4. Pour servir, mettre l'écrasé au fond avec les grelots, déposer le poisson dessus et garnir la morue de zeste de citron. Servir aussitôt.

**BON APPÉTIT !**

Distribution  **4 fourchettes**  
Surgelés haut de gamme  
Viandes rouges  
Poissons  
Fruits de mer

