

Flétan et purée de Ratte du Touquet à l'échalote

Préparation : 20 min | Cuisson : 35 min

Pour 4 personnes

Ingrédients

- 500 g de filets de flétan coupés en pavés (sans peau ni arêtes)
- 800 g de Ratte du Touquet
- 800 g d'échalotes
- 250 g de cèpes
- 50 g de beurre
- 4 cuillérées à soupe d'huile d'olive
- 4 brins de cerfeuil
- Sel, poivre

Allumez le four à 180 °C (th . 6). Rincez les Ratte du Touquet. Placez-les dans un grand plat, **parsemez** de noisettes de beurre et glissez au four. Laissez cuire 20 min environ, jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres.

Pelez les échalotes et émincez-les. Faites-les **caraméliser** dans 1 cuillérée à soupe d'huile. Huilez un grand plat à four puis disposez-y les pavés de flétan en les retournant.

Rincez rapidement les cèpes sous l'eau fraîche, épongez-les et coupez-les en deux. Faites-les blondir dans le reste d'huile. Salez et poivrez.

Baissez le thermostat à 90 °C (th. 3). Retirez les pommes de terre du four et **écrasez**-les à la fourchette en incorporant les échalotes. Glissez le poisson au four et laissez-le cuire 10 à 12 min, selon l'épaisseur des pavés.

Dressez le poisson dans quatre assiettes, entouré de purée et de cèpes. Décorez de brins de cerfeuil et servez aussitôt.

Idée

Vous pouvez remplacer le flétan par du lieu noir ou du dos de cabillaud.