

Terrine de poissons



Ingrédients :

700 g de poissons, j'ai pris ce que j'avais dans le frigo
3 œufs
80 g de lait concentré non sucré
3 cas de crème fraîche
1 cas de basilic haché
Sel et poivre
2 petites carottes et 1 courgette coupée en mirepoix

Préchauffez le four versez le court bouillon froid dans un sauteuse, ajoutez les filets, baisser le feu et cuire 2 mn égouttez et émiettez le poisson (j'ai cuit le poisson et les légumes dans mon four vapeur)
Fouettez les œufs avec le concentré de lait et la crème salez et poivrez et ajoutez le basilic, incorporez le poisson émietté et mélanger
Versez la moitié de la préparation dans un moule les légumes et le reste de préparation
Mettre au bain marie et enfournez pour 35 mn
Servir avec la sauce de votre choix



Imprimer la recette