

RECETTE CUISINE des GONES

MORUE à la LYONNAISE

Ingrédients :

- 1 kg de morue
- 600 gr de pommes de terre
- 2 gros oignons
- 3 échalotes
- 1 verre de vin blanc
- 1 dl d'huile
- 100 gr de beurre
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- poivre
- persil plat haché

Recette:

- La veille, faites-la dessaler, dans de l'eau froide pendant 24 h en changeant l'eau trois ou quatre fois.
- Faites cuire les pommes de terre dans leur peau ,20 minutes laissez-les refroidir.
- Plonger les filets dans une casserole d'eau froide et vin blanc.
- Chauffer jusqu'à ce que l'eau frémisses.
- Pocher la morue pendant 5 min environ (l'eau ne doit pas bouillir).
- L'effeuiller et la couper en petits morceaux.
- Emincez l'échalote, les oignons, faites-les fondre sans dorer, dans 2 cuillerées à soupe d'huile.
- Eplucher et couper les pommes de terre en rondelles, faites-les rissoler dans une poêle 10 min dans 2 cuillerées à soupe de beurre et d'huile poivrez.
- Avant qu'elles prennent des couleurs, ajoutez la morue effeuillée.
- Dresser le tout dans un plat chaud.
- Déglacer la poêle avec le vinaigre en grattant bien le fond.
- saupoudré de persil plat haché.
- Servir très chaud.

Bon Appétit