

CHOUCROUTE DE LA MER

800 gr de poisson en filet
400 gr de pommes de terre à chair ferme
baies roses
100 gr de vin blanc (Riesling ou Sylvaner)
1 c à soupe de fumet de poisson
Fond de légumes
2 clous de girofles
100 gr de crème
1 c à soupe de moutarde
sel et poivre
600 gr de choucroute déjà cuite (je l'achète au rayon traiteur)



La recette figure dans le livre de base de votre tm31, ainsi que dans le livre et la clef du tm5

Je n'ai pas de fond de poisson alors je vais utiliser fond de légumes maison plus un oignon revenu
Mettre un oignon coupé en 2, 5 sec vit 5 Racler les parois et un filet d'huile, 5 mn 120° vit 1 ou 1,5 (ou Varoma sur tm31)

Ajouter 300 gr d'eau, le vin, le fumet de poisson sel et poivre (je ne sale pas puisque mon bouillon de légumes l'est déjà)

Insérer le panier avec les pommes de terre

Mettre la choucroute dans le Varoma (mon truc à moi c'est enfoncer 2 clous de girofle qui aident à la digestion)

Ménager un passage pour la vapeur

Disposer les filets de poisson sur le plateau du Varoma et poser le Varoma fermé sur le couvercle du bol

Programmer : 20 mn Varoma vit 1

A la sonnerie mettre poisson et garnitures au chaud (pour garder au chaud, enfournez votre plat dans le four à 90° chaleur statique) et ne conserver que 100 gr de bouillon

Soit un gobelet (qu'il soit du tm5 ou du tm 31)

100 gr de crème fraîche, une c à soupe de moutarde 3 mn, 80° vit 4
Disposer dans votre plat, arroser avec la sauce et parsemez de baies roses



CONSEIL TROLL TEF

Si comme moi vous utilisez du poisson congelé mettez les pommes de terre en morceaux et programmez 25 mn de cuisson

Si votre poisson est frais en filet pas trop épais coupez les pommes de terre en rondelle

La pomme de terre doit être une pomme de terre à chair ferme pour la cuisson à la vapeur