

GRATIN DE POISSON AU CURRY ET SA RATATOUILLE

Cours du 2 octobre 2019

GRATIN DE POISSON AU CURRY

Intervenante Marie-France Chirol

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de filet de cabillaud ou de merlan	1 CS de curry
500 g de champignons de Paris frais	80 g de gruyère râpé
20 cl de fumet de poisson	50 g de beurre
20 cl de crème liquide	Sel, poivre

1. Laver et émincer les champignons les faire revenir 10 mn dans 20 g de beurre ; saler et poivrer
2. Pocher les filets de poisson 4 à 5 mn au court-bouillon
3. Préchauffer le four à 180°C
4. Cuire les champignons 10 mn dans une casserole à feu doux avec la crème, le sel, le poivre, le curry et le beurre ; fouetter
5. Emietter les filets de poisson et retirer les arêtes
6. Mélanger le poisson avec les champignons ; mettre le tout dans un plan à gratin
7. Verser délicatement la sauce et saupoudrer de gruyère
8. Mettre à gratiner 20 mn au four ; servir bien chaud



RATATOUILLE

Intervenante Yana de Haes

Ingrédients pour 20 personnes

3 poivrons (tri colores)	6 cubes bouillon au choix
8 carottes	4 gousses d'ail
4 ou 2 grandes courgettes	Sauce tomate (passata)
4 oignons rouges	Sel, poivre

1. Laver les légumes, éplucher les carottes, les oignons et l'ail, épépiner les poivrons ; couper tous les légumes en morceaux
2. Faire une sauce tomate ou acheter une sauce toute prête
3. Mélanger dans la sauce des cubes de bouillon ; si c'est nécessaire ajouter un peu d'eau
4. Mettre les légumes par genre dans la sauce en commençant par les légumes demandant une cuisson plus longue
5. Assaisonner ; laisser bouillir ; quand les légumes sont cuits, c'est prêt