



Haddock au lait

Plat principal

Moyennement difficile :

Moyen :



Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients (pour 1 personne) :

- 1 filet de haddock
- 50 cl d'eau
- 50 cl de lait
- 1 jus de citron
- 20 g de beurre

Préparation de la recette :

Il suffit de faire cuire le filet dans une casserole remplie d'eau et de lait par moitié. Faire frissonner pendant 10 minutes, servir avec un jus de citron et du beurre frais !



Recette proposée par Kate Fanning

Les commentaires des internautes

crusaz74

4/5

(avis du 06/04/2016 sur la recette Haddock au lait)

Le haddock a un goût très prononcé, à la fois puissant et fin. Mettre du citron casse ce fumet bien particulier. Le laisser tel quel est très bien. Personnellement, je l'ai accompagné d'épinards et le mariage a été réussi (goût et présentation). Bonne dégustation.

whichone21bis

5/5

(avis du 01/02/2016 sur la recette Haddock au lait)

Super

Brieuc04

5/5

(avis du 24/01/2016 sur la recette Haddock au lait)

Testé avec du basse et ça passe très bien!

Befa69001

4/5

(avis du 31/05/2014 sur la recette Haddock au lait)

Plat très facile à préparer. Choisir un filet d'aiglefin fumé (dit Haddock) tendre et pas trop épais. Plonger le filet dans la casserole avec 25 cl d'eau et 25 cl de lait. Laisser cuire 10 min puis reposer 5 min sans feu. Sortir le filet, l'égoutter et le servir avec un zeste de citron vert. Comme accompagnement je conseille un plat de quinoa avec une pointe de beurre... Un régal! Bon appétit