

Darnes de tacaud en cocotte

Préparation : 20 mn, cuisson : 25 mn.

Pour 4 personnes.

1,5 kg de tacaud coupé en tranches, 2 poireaux, 4 navets moyens, 3 carottes, 1 citron, 1 feuille de laurier, 2 pincées de thym, 6 brins de persil, 4 c à soupe d'huile d'olive, 20 g de beurre, sel, poivre.

Rincer les darnes de tacaud. Les égoutter, puis les sécher dans du papier absorbant.

Raccourcir les poireaux. Les rincer dans plusieurs eaux. Les émincer finement dans le sens de la longueur.

Peler les navets et les carottes. Les râper à l'aide d'une râpe de grosseur moyenne.

Préchauffer votre four, thermostat placé sur 7 (240°C).

Placer la moitié des légumes au fond de la cocotte. Y installer les tranches de poisson. Les saler et les poivrer.

Ajouter la feuille de laurier et les brins de persil liés à l'aide d'un fil. Parsemer du thym. Saler et poivrer à nouveau un peu plus légèrement.

Recouvrir du reste des légumes. Arroser de l'huile d'olive et du jus du citron.

Couvrir la cocotte en intercalant un carré d'aluminium. La glisser dans le four et laisser cuire pendant 25 mn.

Découvrir la cocotte à mi-cuisson pour faire réduire la sauce.

Parsemer du beurre coupé en parcelles au dernier moment.

Servir sans attendre.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.