

Poivrons farcis à la morue

Préparation : 25 mn, cuisson : 35 mn. Dessalage : 12 h.

Pour 4 personnes.

4 poivrons rouges, 500 g de filets de morue salée, 4 gousses d'ail, 70 g de beurre, 60 g de farine, 60 cl de lait, 2 brins de thym, 2 feuilles de laurier, 1 petit piment, 3 c à soupe d'huile d'olive, 3 c à soupe de vinaigre de xérès, 1 brin de persil, sel, poivre.

12 heures à l'avance, faire dessaler la morue.

La placer dans un faitout. Ajouter le thym, le laurier, couvrir d'eau et porter doucement à ébullition. Laisser frémir 10 mn. Egoutter.

Faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter la farine et laisser cuire 1 mn en remuant. Délayer avec le lait, ajouter 2 gousses d'ail écrasées et faire épaissir sur feu doux sans cesser de remuer. Saler, poivrer.

Effeuille la morue et la mélanger avec la préparation précédente. Ajouter le piment, haché s'il est frais, ou pilé s'il est sec.

Oter le pédoncule et les graines des poivrons, sans percer la chair. Les plonger 3 mn dans l'eau bouillante.

Préchauffer le four sur th. 6 (180°C).

Ouvrir les poivrons, répartir la farce sur chacun, puis les rouler sur eux-mêmes.

Placer les roulades sur un plat à four. Les arroser d'huile. Ajouter le vinaigre et les 2 gousses d'ail restantes, pelées et coupées en deux. Poivrer et faire cuire 10 min.

Les servir nappés du jus de cuisson et décorés de persil ciselé.



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.