

Dos de cabillaud à la vapeur et sa sauce des îles

Pour 2 personnes :

- 300 g de dos de cabillaud (ou autres poissons blancs. Cette recette convient aussi pour la viande blanche !)
- 2 tranches de lard

SAUCE :

- 1 brique de lait de coco (200 ml)
- Epices : curry, curcuma, paprika, piment doux, sel
- Gingembre frais et râpé (env. 2 cm)
- 1/2 citron frais pressé
- Accompagnement : légumes aux choix



PRÉPARATION :

- Pour la sauce, mélanger dans un bol tous les ingrédients.
- Disposer le dos de cabillaud dans un plat ajusté au diamètre du cuit-vapeur, salez légèrement et y déposer dessus le lard coupé en lamelle de 1 cm.
- Badigeonner un peu de sauce sur le poisson.
- Ajouter les légumes que vous aurez au préalable découpés en morceau et finir par verser le contenu restant de la sauce.
- Cuire à la vapeur 25 mn (si vous optez pour un poisson fin, le temps sera réduit).

S'il reste de la sauce, elle peut très bien être conservée au frigo pour une autre recette.

