



FACILE - 4 PERS.

MASSADA DE POISSON

PRÉP : 30 MIN -
CUISSON : 30 MIN

500 g de poisson blanc
350 g de coquillettes ou coudes rayés
1 feuille de laurier
½ bouquet de menthe
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
1 gros oignon finement haché
2 gousses d'ail
1 poivron vert coupé en petit dés
1 poivron rouge coupé en petit dés
2-3 tomates pelées et coupées
100 ml de vin blanc
Fumet de poisson
1 bouquet de coriandre
Piment
Sel, poivre

Dans une cocotte, mettre le poisson, couvrir d'eau froide. Salez, ajouter la feuille de laurier et le fumet de poisson.

Faire chauffer et laissez cuire 4-5 min après ébullition.

Réservez le poisson et filtrez l'eau de cuisson si besoin.

Dans cette même casserole, faire chauffer de l'huile puis faire revenir l'oignon, les gousses d'ail écrasé, les poivrons.

Ajoutez les tomates, un peu de piment. Mélangez et cuire 3-4 min.

Arrosez de vin blanc et laissez évaporer.

Ajoutez l'eau de cuisson du poisson et de l'eau en quantité suffisante pour que les pâtes cuisent dedans. Il doit vous rester un peu de liquide de cuisson.

Portez à ébullition

Ajoutez les pâtes et cuire jusqu'à ce qu'elles soient al dente et qu'elles aient absorbées toute l'eau de cuisson.

En fin de cuisson, déposez vos bouts de poisson sur les pâtes et la coriandre que vous aurez hachée.

Mélangez, rectifier l'assaisonnement si besoin. Servir.