



Croquettes moelleuses de pommes de terre au poisson

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 45 min

Recette pour 30 boulettes

Ingrédients

- 500 g de dos cabillaud
- 300 g de pommes de terre de Noirmoutier
- 2 œufs
- 1 gousse d'ail
- Quelques brins de persil
- Quelques feuilles de basilic
- 1 pincée de noix de muscade
- 60 g de panko (chapelure japonaise)
- 1 filet d'huile d'olive
- Sel et poivre

1. Faire cuire les pommes de terre dans l'eau bouillante salée pendant environ 20 minutes. Les écraser en purée. Laisser refroidir.
2. Ciseler finement le persil et le basilic.
3. Les ajouter dans la purée et mélanger.
4. Peler et dégermer l'ail.
5. Cuire le poisson à la vapeur pendant 12 à 15 minutes. Laisser refroidir.

6. Casser les œufs, presser l'ail et ajouter la noix de muscade moulu à la purée de pomme de terre. Saler, poivrer et mélanger. Réserver.
7. Effeuille le poisson à l'aide d'une fourchette et le mélanger à la purée de pommes de terre.
8. Préchauffer le four à 180°C (th.6)
9. Confectionner des boulettes et les rouler dans la chapelure.
10. Déposer les boulettes de poisson aux pommes de terre sur une plaque de four recouverte de papier cuisson. Arroser d'un filet d'huile, et enfourner pendant 10 à 15 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
11. Délicieux aussi à l'apéritif !