



Merlu à la Paimpolaise



Pour 2 personnes:

- 1 merlu de 650 g environ
- 500 g d'haricots de Paimpol (brut)
- 500 g de petits pois (brut)
- 4 tomates
- 3 gousses d'ail
- 1 reste de moules marinière (jus + moules)
- sel & poivre, thym, laurier

Blanchir les haricots, rafraîchir. Démarrer la cuisson à l'eau froide avec le thym, le laurier, l'ail...ajouter les tomates coupées en quartiers. Cuire à feu moyen pendant 30 mn.

Pocher le merlu avec le jus des moules à couvert pendant 10 mn, saler légèrement.

Ajouter aux haricots, les petits pois frais ainsi que les moules décortiquées, saler et poursuivre la cuisson une dizaine de minutes. Terminer la fricassée d'une généreuse noix de beurre.

Filter le jus de cuisson, lier au beurre manié (ou maizéna), monter au beurre.
Dresser sur plat ou directement sur assiette.

