

Baeckaoffa de lotte aux épices

Ingrédients :

- 4 tranches épaisses de lotte
- 600 gr de pommes de terre
- 2 carottes
- 2 petits poireaux
- 2 navets
- 2 brins d'estragon
- 4 brins de cerfeuil
- 4 pétales de tomates confites
- 75 cl de bouillon de volaille
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de safran
- 1 pincée de gingembre en poudre
- Sel, poivre

Préparation :

1. Pelez les pommes de terres puis faites les cuire 20 minutes dans une casserole dans 25 cl de bouillon et 25 cl d'eau.
2. Pelez les carottes et les navets puis coupez-les en morceaux.
3. Nettoyez les poireaux et coupez-les en petits tronçons.
4. Versez le bouillon restant dans une casserole, ajoutez les épices puis faites pocher les légumes une quinzaine de minutes.
5. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle puis faites dorer les tranches de lottes sur leur deux faces,. Salez et poivrez puis versez quelques cuillérées de bouillon pour terminer la cuisson.
6. Servez la lotte accompagnée des légumes et pommes de terre découpées en rondelles. Arrosez avec le bouillon

épicé et décorer de tomates confites et d'herbes fraîches.