



**PAVE DE CABILLAUD VAPEUR
AU SAFRAN, LARDONS, CAROTTES ET OLIVES**

Pour 4 personnes

- 500 gr. Cabillaud épaisseur 2 cm.
- Sel

- 250 gr. Lardons (finement coupés)

- 4 Belles carottes
- 100 gr. Olives noires
- 1 dl Martini blanc Dry
- ½ c.c. Bouillon de poule
- ½ c.c. Sel
- 1 sachet Safran
- 3 c.s. Beurre
- 3 c.s. Huile d'olive

Recette :

1. Laver à l'eau froide le poisson, le couper en une portion par convive
2. Couper en fine julienne les carottes
3. Griller les lardons et les incorporer dans les carottes
4. Sauter les carottes dans le beurre et l'huile, ajouter les épices et les olives noires, ajouter le martini et cuire à feu moyen 5 minutes
5. Ajouter un tout petit peu d'eau chaude, déposer délicatement sur la surface les morceaux de poisson, les saler légèrement, couvrir, augmenter le feu et laisser cuire 3 minutes.
6. Service : mettre délicatement le poisson de côté.
 - servir les carottes au centre de l'assiette,
 - poser une portion de poisson par-dessus
 - déposer sur le poisson une ½ olive noire
 - le jus doit encercler la nourriture.

Michel Divorne - mai 200X