



Les plats principaux

Filet de cabillaud avec jambon séché et œuf poché

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 cabillauds (filets)
4 tranches de jambon Ganda (ou Serrano)
4 œufs
poignée persil (fraîche)
huile d'olive
poivre noir
sel marin

Méthode de préparation

Faites rôtir le jambon sec bien croustillant dans une poêle sèche. Entretemps badigeonnez. Chaque filet de poisson avec de l'huile d'olive puis assaisonnez avec le poivre et le sel marin.

Retirez le jambon de la poêle et tenez-le au chaud. Cuisez les filets de poisson.

Remplissez d'eau aux $\frac{3}{4}$ une haute casserole et ajoutez-y un sérieux filet de vinaigre. Portez au point d'ébullition. Remuez jusqu'à ce qu'un tourbillon se forme et pochez chaque petit œuf en 2 minutes.

Disposez le cabillaud et le jambon sur les assiettes. Sur chaque filet de poisson déposez un œuf poché. Décorez de persil frais et faites encore un tour de moulin.

Délicieux avec des légumes rôtis au four, des petites pommes de terre rôties ou avec [une salade fraîche de pommes de terre](#).

