



Les plats principaux

Biscuits de poisson avec purée et petits pois

Pour 4 personnes.

Ingrédients

400 grammes de poissons blancs ferme (lieu noir, merlan,...)
200 grammes de truite fumée
100 grammes de chapelure
150 grammes de farine
120 millilitres de lait
2 œufs
300 grammes de pointes d'asperges vertes
800 grammes de pommes de terre (puree)
400 grammes petits pois (surgelés)
1 botte de ciboulette
huile d'arachide
beurre
poivre
sel

Méthode de préparation

Épluchez les pommes de terre, coupez-les en deux puis cuisez-les dans de l'eau légèrement salée.

Mettez dans un mixeur le poisson blanc, la truite fumée, 2/3 de la ciboulette, 1 œuf et 2 cs de farine. Salez et poivrez puis mixez finement. Divisez le mélange en 4 portions et avec chaque portion formez un petit poisson.

Battez l'œuf restant. Mettez le reste de la farine et la chapelure dans 2 autres petits plats. Passez les petits poissons d'abord dans la farine, puis dans l'œuf et enfin dans la chapelure. Réservez au frais.

Blanchissez les petits pois et les pointes d'asperges vertes 5 minutes dans de l'eau salée. Égouttez les pommes de terre puis écrasez-les avec le lait et une noix de beurre. Salez et poivrez. Cuisez les petits poissons bien dorés et à cœur dans de l'huile d'arachide très chaude.

Versez un peu de purée dans le fond de chaque assiette. C'est le sable au fond de la mer. Répartissez un peu de petits pois; les pointes d'asperges et de tiges de ciboulette sur la purée. Ce sont les plantes de mer. Déposez ensuite dessus 2 à 3 petits poissons. Utilisez des petits pois pour former des bulles d'air à partir des petits poissons. Servez aussitôt.

Ce ne doit pas nécessairement être des petits poissons? [Vous trouvez ici la recette pour adultes.](#)

Ustensiles de cuisine

Mixeur

