



RECETTE



JOUES DE MORUE AU PROSCIUTTO ET À LA CANNELLE

PORTIONS

4

CUISSON

5 minutes

INGRÉDIENTS

*Note : les ingrédients marqués d'une * se retrouvent aux Halles Fleur de Lys.*

20 à 24 joues de morue, dessalées*

2 tasses de bouillon de poisson*

2 bâtons de cannelle*

8 à 10 tranches de prosciutto

Vous pensiez avoir tout vu au rayon des poissons ? Ces jolies petites bouchées rondes ne sont pas des pétoncles, ce sont des joues de morue ! Pochées à la cannelle et enrobées de prosciutto, vous aurez autant de plaisir à les découvrir qu'à les déguster.

INSTRUCTIONS

- 1** Envelopper chaque joue de morue dans une petite tranche de prosciutto, puis fixer le prosciutto avec un cure-dent.
- 2** Verser le bouillon dans une grande poêle et y plonger les bâtons de cannelle.
- 3** Disposer les joues de morue dans la poêle.
- 4** Faire pocher les joues de morue pendant 3 à 4 minutes, à partir du moment où le bouillon frémit, en prenant soin de ne jamais le laisser bouillir pleinement.
- 5** Égoutter les morceaux de poisson, retirer les cure-dents et servir avec des pommes de terre vapeur.