

# Filet de haddock aux poireaux

## Ingrédients pour 3 à 4 personnes :

- 600 g de poireaux
- 400 g de pommes de terre
- 500 g de haddock
- 25 cl de lait
- poivre

## Préparation :

1. Préparation des légumes : coupez les poireaux dans la longueur, puis en petits morceaux, lavez-les soigneusement et placez-les dans une poêle avec un peu de poivre,
2. Faites cuire pendant 20 minutes à feu doux à couvert. Il est inutile de saler les légumes car j'utilise ensuite le lait dans lequel le filet de haddock aura infusé donc il va saler tout naturellement l'ensemble du plat.
3. Pendant ce temps, épluchez les pommes de terre et mettez-les à cuire pendant 30 minutes à la vapeur.
4. Le poisson : enlevez la peau, normalement elle se détache facilement. Coupez-le en morceaux et mettez-les dans la casserole avec le lait, faites chauffer à feu doux pendant 15 minutes.
5. Quand tout est prêt, il ne reste qu'à assembler, vous pouvez utiliser le lait infusé pour mettre du liant dans les poireaux et faire une sauce qui accompagnera parfaitement ce plat.

