

CONGRE AU POMMES DE TERRE

Pour 4 personnes



*1 Kg de congre
500 gr de pommes de terre
40 gr de beurre
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
25 cl de vin blanc + 10 cl d'eau
1 oignon
1 échalote
1 branche de thym
2 cuillères à soupe de farine
1/2 cuillère à café de paprika
1 cuillère à café de sel*

Rouler les morceaux de congre dans la farine, puis le faire dorer à l'autocuiseur dans du beurre et de l'huile. Penser à le retourner pour une cuisson homogène sur toutes les faces.

Peler et découper l'oignon et l'échalote finement, puis l'ajouter au poisson. Le laisser colorer, puis mouiller de vin blanc et d'eau. Ajouter ensuite le thym pour parfumer puis assaisonner paprika, sel.

Laisser cuire à feu doux à couvert pendant 12 min dès rotation de la soupape.

Ne pas faire trop dorer les oignons