

Poisson à la crème - 2p



Difficulté :



Prix :



Conservation

1-2j au réfrigérateur

 Peut être réchauffé

Ingrédients :

- 300-400g de riz
- 2 morceaux de poisson
(Cabillaud de préférence ou autre poisson blanc)
- 40cl de crème fraîche
- Sel, Poivre, Muscade

Temps de préparation : **5min**

Temps de repos : ---

Temps de cuisson : **10-20min**

Temps Total : **15-25min**

Matériel nécessaire :

- 1 casserole (pour le riz)
- 1 casserole/poêle (pour la sauce)

- 1) Pour commencer, **remplir une casserole d'eau et faire bouillir l'eau à feu fort.** Puis **mettre le riz (et le bouillon si vous en avez) dans l'eau lorsqu'elle est menée à ébullition, baisser le feu** légèrement pour ne pas faire déborder la casserole.
- 2) Pendant ce temps, **mettre deux noisettes de beurre dans une poêle et la mettre à feu moyen.** Puis **ajouter le poisson.** Cuire dans une autre poêle les légumes si vous désirez l'accompagner avec un peu de verdure !
- 3) Gouter le riz de temps en temps jusqu'à ce que la cuisson vous satisfait (l'idéal est d'attendre que le riz soit bien moelleux). Faire attention à la cuisson du poisson et arrêter le feu lorsqu'il commence à être consistant (c'est-à-dire cuit sur le dessus), ainsi, le poisson finira sa cuisson doucement afin de ne faire une surcuisson.
- 4) Une fois le poisson cuit, **ajouter la crème dans la poêle à feu moyen, deux pincées de sel, de poivre et de muscade, et touiller** pour que la crème devienne liquide et imprégnée des graisses, de l'eau du poisson et des épices.
- 5) Une fois que le riz est cuit, **l'égoutter et le mettre dans un plat à part** ou dans la poêle contenant le poisson. *(Vous pouvez rajouter du beurre ou de l'huile d'olives pour éviter que les grains ne collent.)*
- 6) Servir le plat séparé et accompagné si besoin avec les légumes !