



Pour 2 personnes

Dos de cabillaud

Courgettes

Le jus d'1/2 citron

20 cl de crème

Beurre

1 jaune d'œuf

1 c. à café de curry

Aneth

Sel, Poivre

Chips de sarrasin

Lave les légumes à l'eau Sale et poivre les pavés de poisson. Fais-les cuire dans une poêle avec un peu d'huile d'olive à feu vif, 2 à 3 min de chaque côté. Coupe les courgettes en fines lamelles dans le sens de la longueur. Plonge-les 2 min dans un grand volume d'eau salée, égoutte-les et laisse-les refroidir. Poêle les tagliatelles de courgette dans du beurre pendant 2-3 min. Ajoute la crème, le jus de citron, le curry et le jaune d'œuf, puis les filets de cabillaud effeuillés et laisse compoter 2 à 3 min. Servir dans des assiettes creuses.