

AVEC MARÉE BLEUE,  
LE CHEF C'EST MOI !



## • BOURRIDE DE MORUE FRAÎCHEMENT SALÉE •

### INGREDIENTS

- 200 g de dos de cabillaud
- 100 g de gros sel
- 10 g de sucre
- Sel & poivre

Pour la mayonnaise :

- 2 jaunes d'œufs
- 15 cl d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de moutarde
- 3 gousses d'ail
- 3 cl de bouillon de poisson



Préparation : 20 min  
Marinade : 2h



4 pers.

### PREPARATION

Dans un saladier, placez le dos de cabillaud et ajoutez le sucre et le gros sel. Faites mariner la préparation 2h au réfrigérateur.

Préparez une mayonnaise avec les gousses d'ail écrasées et ajoutez-y le bouillon de poisson pour obtenir un nappage liquéfié.

Ensuite, préchauffez votre four à 180°C. Rincez la morue plusieurs fois puis enfournez-la pendant 10 min.

Pour finir, détachez des pétales de morue et réalisez un dressage selon votre inspiration. Nappez le plat avec votre mayonnaise et assaisonnez à votre convenance.



#### ASTUCE

Vous pouvez réaliser ce plat avec de la julienne à la place du cabillaud

Recettes à collectionner sur [www.mareebleue.fr](http://www.mareebleue.fr) et sur



Magasin de Mérignac  
Dans la halle de « L'heure du Marché »  
rue Jacques Anquetil  
33700 Mérignac

Magasin d'Yvrac  
Le poteau d'Yvrac  
101 avenue du Périgord  
33370 Yvrac