

Galettes de poisson au curry

Pour 4 personnes:

Pour le poisson et le riz:

- 750 g de filets de poisson blanc, sans peau, coupés en morceaux
- 80 g de chapelure
- 2 cc de curry en poudre
- 3 oeufs
- 1 cc de sel (pas mis, le bouillon étant déjà salé)
- 1/4 à 1/2 cc de poivre
- 1000 g d'eau
- 2 cubes de bouillon de légumes
- 250 g de riz long

Pour la sauce:

- 100 g de crème liquide
- 30 g de beurre
- 15 g de farine
- 1 cc de jus de citron (ou plus)
- 2 pincées de sucre (pas mis)
- sel, poivre



Placer les morceaux de poisson dans le bol et hacher 20 sec à vitesse 5 en s'aidant de la spatule. Ajouter la chapelure, le curry, les oeufs et le poivre. Mixer 30 sec à vitesse, toujours en s'aidant de la spatule. Avec les mains humides, façonnez des petites galettes et les placer dans le varoma et sur le plateau vapeur. Rincer le bol.

Verser l'eau dans le bol et ajouter les cubes de bouillon. Mettre le riz dans le panier de cuisson et le placer dans le bol. Mettre le varoma en place sur le couvercle et cuire 22 min à température varoma, vitesse 1. Vérifier que les galettes et le riz sont cuits, sinon prolonger la cuisson de 5 min, toujours à température varoma et à vitesse 1. Retirer le varoma et le riz et réserver au chaud.

Transvaser le jus de cuisson dans un autre récipient. Peser 300 g de ce jus dans le bol (s'il en manque, compléter avec de l'eau). Ajouter le reste des ingrédients de la sauce et cuire 4 min à 100°, vitesse 3. Ajuster l'assaisonnement.

Servir les galettes et le riz nappés de sauce (j'ai saupoudré d'aneth).



<http://quandnadcuisine.over-blog.com>