

# TERRINE DE LOTTE



## Ingrédients :

- 1 kg de lotte net de déchet
- 2 l d'eau bouillante
- 1 sachet de court bouillon
- 6 œufs
- sel, poivre
- 70 g de concentré de tomate
- 30 g de persil

## Matériel :

- 1 moule à cake en silicone

## Préparation :

- préchauffer le four à 200°
- dans un grand faitout, diluer le sachet de court bouillon dans l'eau et faire bouillir
- quand l'eau est bouillante, éteindre le feu, verser les filets de lotte, poser le couvercle et laisser pocher 15 minutes puis égoutter les filets. Puis enlever l'arête centrale et couper la lotte en gros morceaux
- mettre dans le bol, les œufs, le persil, le concentré de tomate, le poivre et mixer 15 secondes à vitesse 3
- poser le moule à cake dans un plat à bord haut, déposer les morceaux de lotte dans le moule
- puis verser la préparation sur le poisson
- verser de l'eau chaude dans le plat jusqu'au 3/4 du moule
- poser l'ensemble sur la grille du four
- cuire au bain marie pendant 45 minutes
- laisser refroidir avant de démouler et déguster avec une sauce mayonnaise

**Vous pouvez retrouver cette recette dans le livre " Démoulez-les " Tupperware**

**THERMOMINOUX 2012**

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