



Le Salon Rose

Stockfish à la monégasque

INGREDIENTS

- Stockfish + boyaux trempés / *stockfish + guts*
- Oignons / *onions*
- Poireaux / *leeks*
- Poivrons rouges et verts / *red and green pepers*
- Céleri branche / *celery branch*
- Ail / *garlic*
- Persil / *parsley*
- Laurier / *laurel*
- Romarin / *rosemary*
- Thym / *thyme*
- Olives noires / *black olives*
- Pommes de terre / *potatoes*
- Tomates / *tomatoes*
- Cognac / *cognac*
- Vin blanc / *white wine*

PREPARATION

Parer le stockfish en séparant la chair des arêtes et de la peau. Faire blanchir les arêtes et la peau avec la garniture aromatique pendant ½ h afin d'obtenir un fumet. Faire suer les oignons et les poireaux à l'huile d'olive avec des gousses d'ail écrasées. Ajouter les tomates mondées et coupées en gros morceaux. Faire revenir la chair du poisson à l'huile d'olive, déglacer avec le cognac et le vin blanc, puis l'ajouter dans la marmite avec les légumes. Ajouter les boyaux taillés en petits morceaux. Mouiller avec le fumet. Mettre le bouquet garni, puis la persillade revenue dans l'huile d'olive. Cuire pendant 3h00 environ. Remouiller régulièrement pendant la cuisson. Pendant ce temps, faire griller les poivrons dans un four chaud, puis les peler et les épépiner, et les tailler en lanières. Réserver. Eplucher les pommes de terre grenailles, les ajouter ½ heure avant la fin de cuisson du stockfish, avec les poivrons en lanières et les olives. Servir.

Trim the stockfish by separating the flesh from the bones and skin.

Blanch the bones and skin with the aromatic garnish for ½ hour to obtain a fish stock.

Sweat the onions and leeks in olive oil with crushed garlic cloves. Add the peeled and cut tomatoes. Brown the fish flesh in olive oil, deglaze with the cognac and white wine, then add it to the pot with the vegetables. Add the cut guts into small pieces. Drench with the fish stock.

Add the bouquet garni, then the parsley first fried in olive oil.

Cook for about 3 hours

Drench regularly during cooking.

Meanwhile, roast the peppers in a hot oven, then peel and seed them, and cut them into strips.

Set aside. Peel the potatoes, add them ½ hour before the end of stockfish cooking, with the peppers in strips and the olives. Serve.