

Gratin de cabillaud sauce Mornay



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 25 mn

La sauce Mornay est parfaite pour accompagner les oeufs et les bettes au gratin. Mais associée à un poisson elle est tout aussi divine !

Ingrédients

- 4 filets de cabillaud
- 1 verre de vin blanc
- 100 g de beurre
- 50 g de farine
- 100 g de fromage râpé
- sel
- poivre
- muscade

Préparation

- 1 Salez et poivrez les filets de poisson. Placez-les côte à côte dans un plat allant au four. Arrosez-les avec le vin blanc et mettez-les à cuire dans le four à 220°C (th.7-8) pendant 15 minutes.
- 2 Pendant ce temps, faites fondre 50 g de beurre dans une casserole et incorporez-lui la farine. Versez peu à peu le lait et laissez cuire jusqu'à ce que la sauce épaississe. Salez et poivrez, puis ajoutez une pointe de muscade. Ajoutez, alors, la moitié du fromage râpé et remuez soigneusement.
- 3 Prenez votre plat de poisson. En principe tout le vin blanc s'est évaporé. Recouvrez les filets de la sauce Mornay. Saupoudrez avec le reste du fromage râpé. Parsemez de noisettes de beurre avec le beurre restant.
- 4 Mettez votre plat à gratiner dans le four 10 minutes.
- 5 J'ai servi mon gratin de poisson sauce Mornay accompagné de petits pois et de pommes de terre sautées. Bon appétit !

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

