

## Morue à la portugaise



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 30 mn

**Repos** : 4 h

**Cuisson** : 30 mn

*On ne pense pas souvent à cuisiner la morue et pourtant, c'est très bon! Aujourd'hui, je vous propose cette recette de morue à la portugaise qui est un classique.*

### Ingrédients

- 1 sachet d'300 g de morue
- pommes de terre
- 500 g de tomates - ou 1 boîte de tomates concassées
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- sel et poivre
- paprika
- huile d'olive
- 100 g d'olives noires
- 2 feuilles de laurier

### Préparation

- 1 Le sachet de morue que j'ai acheté était "à dessalage rapide". En conséquence, vous n'êtes pas obligée de la laisser tremper toute la nuit. Quatre heures avant votre préparation, remplir un récipient d'eau froide. Retirer les filets de leur sachet et les plonger dans l'eau. Stocker le saladier au réfrigérateur pendant 4 heures et renouveler l'eau une fois lors de ce dessalage.
- 2 Faire cuire les pommes de terre épluchées pendant 25 minutes à l'eau non salée avec les feuilles de laurier. Ajouter au bout de 15 minutes la morue et terminer la cuisson à petits frémissements.
- 3 Oter les arêtes de la morue si elle en contient et l'effeuiller.
- 4 Faire cuire les oignons coupés en rondelles avec de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien transparents et qu'ils commencent à dorer. Ajouter l'ail émincé et verser les tomates concassées. Assaisonner légèrement.
- 5 Dans un plat allant au four, déposer les pommes de terre grossièrement écrasées. Saler légèrement et poivrer. Ajouter un peu de paprika et la morue effeuillée.
- 6 Verser la préparation à base de tomates et oignons. Arroser le tout d'huile d'olive et terminer par les olives.
- 7 Faire cuire 30 minutes au four préchauffé à 180°.

Proposé par



#### La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

