

Cabillaud retour des Indes façon blanquette



Ce matin, au réveil, le ciel bleu avait disparu et les températures étaient un peu fraîches. Le paysage n'était que brouillard et la lumière orange des lampadaires m'ont enfin fait sentir que nous sommes en automne. J'avais prévu pour ce midi un plat mijoté, ça tombait bien.

Cette recette est inspirée de Jean-François Mallet, je suis complètement fan de son travail. Formé à l'école Ferrandi, il a exercé le métier de cuisinier avant de devenir reporter-photographe. Il a mêlé ses deux talents - la cuisine & la photographie - en devenant naturellement auteur et photographe culinaire. Parmi les ouvrages de son cru que je préfère il y a ceux qui traitent de cuisine asiatique (et il y en a un certain nombre), ceux écrits en collaboration avec Lydia Gautier sur le thé et cette encyclopédie des produits et métiers de bouche aux éditions Hachette Pratique dont 1 thématique sort tous les ans : *Viandes* paru en 2013 (un délice pour les carnivores) ; *Légumes* paru en 2014 (une ballade savoureuse pour les gourmands) et *Poissons* paru il y a peu.

C'est dans le tome *Légumes* que j'ai trouvé cette recette de blanquette revisitée : Jean-François-Mallet la propose avec de la viande de veau et des girolles que j'ai remplacées par des pieds de mouton (dans le Béarn, on peut les trouver sous le nom de broquichou) et du cabillaud. On est un peu éloigné de la version traditionnelle de la blanquette, mais croyez-moi, cette version devrait plaire à votre table par son originalité et sa légèreté même si son aspect est assez confort food.

Pour donner du peps à l'ensemble, j'ai tout naturellement ouvert mon tiroir à épices. Ma main a saisi un flacon de poudre Retour des Indes d' [Olivier Roellinger](#). Ce mélange est composé de curcuma, coriandre, badiane, macis, sichuan, cumin et épices. Cette poudre se marie à la perfection avec le poisson mais aussi avec les crustacés ; elle peut également parfumer une sauce. Je l'aime beaucoup pour son côté explosion de saveurs tout en élégance.

Cabillaud retour des Indes façon blanquette

Pour 4 personnes

Pour la blanquette

800 g de dos de cabillaud

250 g de pieds de mouton ou de girolles

300 g de courge butternut ou de potimarron
De la poudre Retour des Indes selon le goût
10 cl de crème fleurette
1 oignon



[Visualiser l'article](#)

2 carottes
1 bouquet garni
1 poireau
1 peu d'huile de tournesol
quelques feuilles de persil plat
sel, poivre du moulin

Pour l'accompagnement

200 g de riz basmati

Préparation et cuisson

Eplucher l'oignon et les carottes. Couper les carottes en grosses rondelles. Laver abondamment le poireau coupé en trois. Emmailloter le poireau avec le bouquet garni dans une gaze (ainsi vous n'aurez pas besoin de filtrer le bouillon). Porter une grande casserole d'eau salée à ébullition avec l'oignon, les carottes, le poireau et le bouquet garni. Baisser le feu et laisser frémir pendant 10 minutes. Pendant ce temps, couper le dos de cabillaud en gros cubes.

Déposer quelques secondes les morceaux de cabillaud dans le bouillon presque frémissant et les sortir délicatement de la casserole. Réserver. Détailler la courge butternut en morceaux et la déposer dans le bouillon. Ajouter l'équivalent d'une petite cuillère à café de la poudre Retour des Indes. Cuire l'ensemble jusqu'à ce que la courge soit tendre. Au bout de 15 minutes environ, commencer à faire cuire le riz.

Mixer les légumes au blender avec un peu de bouillon et la crème liquide afin d'obtenir une consistance veloutée proche d'une soupe. Poivrer légèrement et ajuster l'assaisonnement en sel et en épices. Réserver au chaud.

Poêler les champignons (nettoyés pendant la cuisson de la courge butternut) dans un peu d'huile de tournesol. Saler et poivrer.

Service

Verser la préparation à la butternut dans une grande soupière et déposer les morceaux de cabillaud. Ajouter les champignons juste poêlés et parsemer de feuilles de persil grossièrement hachées. Finir par quelques pincées de poudre Retour des Indes. Servir immédiatement avec le riz égoutté.