

Poisson aux fenouils et aux pommes de terre



Ingrédients:

- Poisson blanc (entier de préférence): merluchon, bar ou cabillaud en darnes...
- Fenouils (réserver quelques feuilles)
- Oignons
- 1 ou 2 poivrons rouges
- 2 tomates
- pommes de terre en fines rondelles (la quantité dépend de votre plat)
- Ail et thym
- Sel et poivre

Préchauffer le four à 180°.

Emincer les oignons et découper les poivrons en lanières, les faire ramollir dans de l'huile d'olive. Ajouter les fenouils en fines lamelles, l'ail et le thym et laisser cuire à couvert jusqu'à ce que les fenouils soient bien tendres.

Pendant ce temps, faire cuire les pommes de terre dans de l'eau avec une pincée de sel.

Dans un grand plat: tapisser le fond avec les pommes de terre, mettre ensuite les fenouils et les tomates pelées coupées grossièrement. Saler et poivrer.

Mettre le poisson avec les feuilles de fenouil dans le ventre sur les légumes, arroser d'un filet d'huile d'olive et enfourner pour le temps nécessaire à la cuisson du poisson.

⚠ Le fenouil ne finit pas de cuire dans le four, il se confit.