

Colombo de poissons à la crème coco et rhum arrangé

Ingédients pour 2 personnes

- 5 bouquets de chou fleur cuit à la vapeur mais ferme
- 1 morceau de Merlu de 150 gr
- 6 noix de st-Jacques sans le corail
- 1 tomates coeur de boeuf pas trop grosse.
- 1 boîte de 400gr de crème coco
- 1 oignon jaune
- 4 gousses d'ail
- 1 cuillère rase de poudre de Colombo
- 10 cl de rhum arrangé à la banane
- 5 anneaux de piment séché
- Huile d'olive
- 3 feuilles de verveine citronnelle
- Fleur de sel



Étapes

- Cuire le chou fleur à la vapeur durant 1/15 minutes. Il doit être ferme. Refroidir
- Une fois froid, couper les bouquets en tranches. Réserver
- Eplucher l'ail et l'oignon les ciseler et les faire revenir dans une cocotte avec un filet d'huile
- Ajouter la poudre de colombo. Bien remuer le tout et laisser cuire jusqu'à ce que les oignons soient tendres.
- Dans la même cocotte, sans la laver, ajouter les tranches de chou fleur, les laisser prendre de la couleur. Saler
- Ajouter alors les oignons réservés sur le dessus.
- Laver puis couper la tomate en morceaux après avoir retiré trognon et pépins. Les placer sur le chou. Eteindre le feu momentanément.
- Verser le rhum arrangé dans une casserole, laisser cuire une dizaine de minutes puis flamber.
- Ajouter la crème coco dans le rhum, remuer et verser alors sur le chou fleur..
- Ajouter les anneaux de piment et les feuilles de verveine citronnelle
- Remuer, laisser cuire 5 minutes pour développer les parfums.
- Ajouter les noix de st-jacques congelées, et le merlu.
- Cuire à couvert, une 10 à 15 minutes en fonction de la grosseur des morceaux de merlu. (en fonction des préférence et après avoir goûté, retirer éventuellement les feuilles de citronnelle avant de poursuivre la cuisson.)

