



## Hareng en cocotte et sa crème d'ail rose



Budget :



### Ingrédients pour 10 Couverts

Réf.	Libellé	Quantité
23363	Filets de hareng fumés à l'huile MSC	1,2 Kilo
30145	Grenaille à l'huile d'olive et au sel de Guérande 1 kg	1 Kilo
39531	Yaourt à la Grecque nature 150 g Mamie Nova	PM
9333	Crème liquide Excellence 35% MG UHT 1 L Elle et Vire	PM
	Ail rose de Garonne	PM
	Citron vert	PM
	Thym	PM
	Laurier	PM

### Recette

1. Concasser les pommes de terre grenailles au couteau
2. Ajouter de l'ail en grande quantité et, pour diminuer le sucre de la pomme de terre, ajouter un jus de citron vert. Passer au four pour leur apporter de la texture
3. Egoutter les harengs et leur garniture
4. Réaliser une crème d'ail : bouillir du yaourt grec, de la crème, des gousses d'ail rose de Garonne, du laurier et du thym. Laisser réduire. Assaisonner (sel, poivre)
5. Monter le tout en cocotte et passer au four quelques minutes. A l'envoi, mettre la crème d'ail rose