

boulettes de haddock

robot de cuisine:

400 g de haddock

1 càs farine

1 blanc d'oeuf

1/2 yaourt

réserver au moins 20 mn au réfrigérateur

Chauffer le bouillon juste sous le point d'ébullition

Façonner environ 12 boulettes avec le poisson, à l'aide de deux c. à s. plongées au préalable dans de l'eau glacée. Commencer par faire glisser une boulette dans le bouillon chaud pour en vérifier la consistance. Compter env. 3 à 4 mn de cuisson, les boulettes doivent être bien cuites à cœur.