

Poisson blanc vapeur

Ingrédients:

400 ml de bouillon de poisson ou de poulet
1 citron
2 gousses d'ail
1 oignon
750 g de poisson blanc au choix
1 feuille de Laurier
sel, poivre

Sauce

1 c. à table de fécule de maïs
100 ml de crème 35%
2 c. à table de beurre
10 brins de persil
sel, poivre

Instructions:

- 1- Mettre le bouillon dans le réservoir de l'**Intelli-Vap**
- 2- Trancher le citron à l'aide d'un **couteau Série universelle** et disposer les tranches dans la passoire inférieure de l'**Intelli-Vap**
- 3- Hacher l'ail et l'oignon dans le **Hachoir Gagne-Temps** et étendre sur les tranches de citron
- 4- Poser le poisson sur ce mélange, saler, poivrer et mettre la feuille de laurier sur le dessus du poisson
- 5- Cuire au micro-ondes 10 minutes à puissance élevée ou jusqu'à ce que le poisson se défasse à la fourchette. Laisser reposer 5 minutes
- 6- Garder 100 ml de jus de cuisson pour la sauce (bouillon dans le réservoir de l'**Intelli-Vap**)
- 7- Dans le **Batteur Gagne-Temps**, mélanger la fécule de maïs, la crème et le 100 ml du jus de cuisson
- 8- Transférer cette sauce dans le **Micro-Pichet** et cuire au micro-ondes 2 minutes à une puissance de 80%
- 9- Pendant ce temps, hacher le persil dans le **Hachoir Gagne-Temps**
- 10- Remettre la sauce chaude dans le **Batteur Gagne-Temps**
- 11- Ajouter le beurre, le persil et battre à nouveau.
- 12- Servir le poisson avec un filet de sauce