

CABILLAUD CITRON VERT, ENDIVES ET ANETH

Préparation : 15 mn. Cuisson : 18 mn à 600 watts. Repos : 10 mn.

INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 700 g d'endives
- ½ citron vert
- 1 ml de sucre
- 4 filets de cabillaud de 125 g chacun
- 2 branches d'aneth

Vinaigrette

- ½ citron vert
- 75 ml d'huile d'olive
- 2 ml de sel fin
- 5 ml de baies roses
- Poivre du moulin

PREPARATION

1. Coupez les endives en 2 dans le sens de la longueur et retirez le cœur. Arrosez-les avec le jus d'½ citron vert, saupoudrez avec le sucre et disposez-les dans la Passoire inférieure du **Micro Vap'**.
2. Disposez les filets de cabillaud dans la Passoire supérieure.
3. Versez 400 ml d'eau froide dans le Réservoir, superposez les Passoires, couvrez avec le Couvercle et faites cuire 18 mn à 600 watts. Laissez reposer 10 mn.

4. Ciselez l'aneth et ajoutez-le aux endives cuites. Salez, poivrez le cabillaud et les endives avant de servir avec une vinaigrette.

*Vinaigrette : versez dans le **Shaker** tous les ingrédients dans l'ordre. Fermez avec le Couvercle, agitez : la vinaigrette est prête.*

