



nfm  
NORMANDIE  
FRAICHEUR MER  
Pour une pêche responsable

Préserver les richesses de la mer,  
et les faire découvrir !

Cassolette de Tacaud,  
sur fondue de poireaux et sa crème au cidre



# Cassolette de Tacaud, sur fondue de poireaux et sa crème au cidre

Recette à préparer en 60 minutes

Difficulté :

Budget : Moyen

Recette de Jérémy SAVOYE, Manoir de la Poterie à Criqueboeuf (14)

## Ingrédients pour 4 pers. :

560 g de filet de tacaud  
(peut être remplacé par du merlan,  
ou de l'églefin)  
120 g de poireaux  
20 cl de crème liquide  
chapelure, sel, poivre  
4 cl de cidre brut  
beurre doux

## Tacaud



### Trisopterus luscus

Petit cousin du merlan, le tacaud est très fréquent dans les eaux de Normandie. On le pêche au chalut, autour des zones rocheuses et des épaves de la 2<sup>nd</sup>e guerre mondiale, qui jalonnent nos fonds marins.

Saisonnalité	Jan	Fev	Mar	Avr	Mai	Jui	Juil	Aou	Sept	Oct	Nov	Dec
--------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	-----	------	-----	-----	-----

Absent	Basse saison	Moyenne saison	Haute saison
--------	--------------	----------------	--------------

## Préparation :

Réduire le cidre de moitié dans une casserole à feu vif.  
Préparer la fondue de poireaux dans une casserole avec du beurre, du sel et du poivre.  
Garnir les cassolettes de la fondue de poireaux  
Déposer les filets de tacaud désarêtés sur la fondue de poireaux.  
Ajouter la crème à la réduction du cidre, assaisonner, verser dans les cassolettes.  
Saupoudrer de chapelure.  
Mettre au four préchauffé, 15 min à 180 °C



GROUPEMENT QUALITE  
DES MARINS-PECHEURS  
CRIEES ET MAREYEURS  
DE BASSE-NORMANDIE  
10, Avenue du Général  
De Gaulle - BP n°27  
14520 PORT EN BESSIN  
0231 51 21 53 - lettre@nfm.fr

## www.nfm.fr

Pour découvrir la Pêche de Normandie :

**+ 550 recettes,**  
des conseils de préparation,  
de cuisson, de conservation,  
les bienfaits nutritionnels, ... , pour  
**+ 50 poissons, coquillages et crustacés !**



Crédit photo : NFM - Orep Editions



Imprimé avec des encres végétales  
sur du papier issu de forêts gérées

