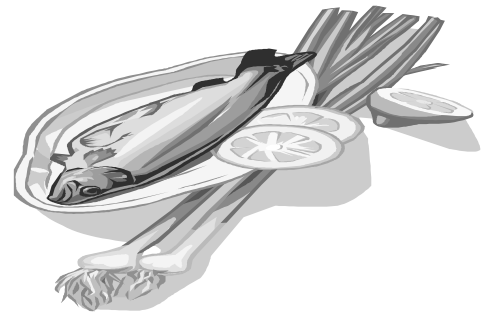


PILÉE À LA MORUE

Maison de la Famille Contre Vents et Marées, Gaspésie



6 portions

1 $\frac{3}{4}$ livre Patate
1 $\frac{1}{4}$ Morue salée(bits)
1 à 2 Oignons coupé en dés
1/8tasse Graisse fondue

12 portions

3 $\frac{1}{2}$ livres
2 $\frac{1}{2}$ livres
2 à 3
 $\frac{1}{4}$ tasse

24 portions

7 livres
5 livres
5 à 6
 $\frac{1}{2}$ tasse

Préparation:

- Bouillir la morue 2 fois en changeant l'eau, pendant $\frac{1}{2}$ heure chaque cuisson.
- Égoutter et mettre de côté.
- Cuire les patates et les pilées, poivré et salé au goût.
- Ajouter les patates à la morue.
- Faire revenir les oignons dans la graisse et ajouter à l'étape 3.
- Brassier le tout.

Peux se servir avec salade, légumes ou macaroni .

Grosueur de la portion: $\frac{1}{2}$ livre.

Coût par portion: 0 .88 \$

Saviez-vous que ...



La morue est un des poissons les plus pêchés à travers le monde. En Europe, on nomme «morue» ce poisson salé et séché; à l'état frais ou congelé, on le nomme «cabillaud». Tous les modes de cuisson lui conviennent. La morue est délicieuse en sauce; elle est aussi mise en conserve, séchée à l'air (stockfisch) ou salée (kipper). Ses oeufs sont consommés frais, fumés ou salés. Sa langue, ses joues et son foie sont comestibles. On tire du foie une huile, source importante de vitamine D. Sa chair est maigre, délicate et ferme, surtout lorsque la morue est petite et fraîche.