

# Le Stockfish

## L'Estocafic ou l'Estocaficada

### Ingrédients : pour 8 personnes

- › 1,2 kg de stockfisch,
- › 160 g de boyau de stockfisch,
- › 2 kg de tomates bien mûres,
- › 1,2 kg de pommes de terre nouvelles ou pas trop farineuses (*par exemple «BF15»*),
- › 600 g d'oignons,
- › 1 kg de poivrons verts, jaunes ou rouges,
- › 50 g d'ail (*5 gousses*),
- › 1 bouquet garni (*persil, thym, laurier, sarriette, fenouil, marjolaine*),
- › 200 g d'olives noires de Nice (*peu mûres*),
- › 100 ml d'eau-de-vie de marc,
- › 150 ml d'huile d'olive,
- › sel & poivre du moulin,
- › une pointe de piment de Cayenne.

### VARIANTES

- › On peut également ajouter un poireau émincé. \*
- › Au moment de servir, on peut ajouter une purée d'anchois pilés (30 g), d'ail & basilic, huile d'olive.

**Temps de préparation :** 30 min / **Temps de cuisson du bouillon :** 30 min

**Temps de cuisson :** 3 h

**Saison :** toute l'année, plutôt l'hiver

Huit jours avant le jour choisi de la préparation, acheter le stockfisch, le couper en morceaux de trois à quatre centimètres de longueur et le mettre à tremper avec les boyaux dans un récipient, si possible à l'eau courante. Le jour de la préparation, 6 heures avant la dégustation, séparer la chair des arêtes et de la peau que l'on réservera dans une marmite. Émietter la chair du poisson dans une passoire et la laisser égoutter.

Faire bouillir (avec départ à l'eau froide) dans la marmite les arêtes et la peau avec deux oignons entiers (épluchés), une gousse d'ail et une feuille de laurier, pendant 20 à 30 minutes. Passer et conserver le bouillon obtenu.

Dans une sauteuse, faire chauffer 100 ml d'huile d'olive et y faire blondir la chair du poisson tout en la remuant avec une cuillère.

>>



Ajouter l'eau-de-vie, le reste des oignons et les poireaux\* émincés et l'ail finement haché, le bouquet garni et verser le tout dans une cocotte à fond épais. Déglacer le fond de la sauteuse avec les tomates pelées, épépinées et concassées, les ajouter dans la cocotte avec les boyaux émincés (en morceaux de 5 mm de largeur) et les poivrons préalablement grillés au four, épluchés et découpés en lanières. Assaisonner (sel & poivre) et laisser cuire à l'étouffée pendant 3 heures à feu doux.

Faire blanchir les pommes de terre coupées en quatre, les ajouter au stockfisch 2 heures 30 après le début de la cuisson ainsi que les olives.

Au service, prévoir sur la table de petites burettes d'huile d'olive afin que les convives qui le désirent puissent en arroser leur stockfisch.

**Remarque :** En cours de cuisson, mouiller régulièrement le stockfisch, afin qu'il ne se dessèche pas, avec le bouillon préparé dans la casserole annexe. En effet, en fin de cuisson, la sauce du stockfisch doit être relativement abondante afin de pouvoir en imprégner les pommes de terre.