**Flan au cabillaud**

**[](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2021/07/flan-de-cabillaud-juin-2009-132-copie-r-copy.jpg) Pour 6 Croquants-Gourmands :**  
**- 400 g de pavés de cabillaud  
- 2 gros oignons  
- 1 gousse d'ail  
- 4 tomates bien rouges  
- 1 bouquet garni (laurier, thym, persil)  
- 5 œufs  
- sel & poivre du moulin  
- huile d'olive  
- olives noires (facultatif)**

**1 moule à manqué de 24 cm beurré (moule étoile pour moi)  
Préchauffer le four à 180°C [Position four chaleur tournante _png](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)**

Éplucher et émincer finement ail et oignons.  
Peler et épépiner les tomates et les couper en dés.  
Faire cuire le cabillaud à la vapeur ou au micro-ondes. L'émietter.  
Battre les œufs en omelette.  
Faire dorer dans un filet d'huile, l'oignon et l'ail.  
Ajouter les tomates, le bouquet garni, du sel et du poivre.  
Laisser mijoter doucement pendant 15 minutes. Ôter le bouquet garni.  
Mélanger le poisson et les œufs.  
Hors du feu, ajouter la préparation à la tomate.  
Verser le tout dans un moule à manqué beurré s'il n'est pas en silicone.  
Faire cuire au four pendant 40 minutes environ.  
Démouler sur le plat de service.  
Décorer à volonté d'olives noires.  
Servir chaud ou froid avec une salade.