

Daurade au four

Ingrédients pour 4 personnes

1 daurade de 1 kg
50 g oignons
1 c. à soupe persil
2 tomates
1 citron
1 verre de vin blanc
sel et poivre

Préchauffez le four à th. 7.

Nettoyez et videz le poisson. Mettez-le dans un plat allant au four.

Hachez finement les oignons et le persil.

Saupoudrez le poisson avec ce hachis. Salez-le et poivrez-le à votre goût.

Coupez le citron et les tomates en fines rondelles. Mettez-les dans le plat.

Arrosez avec le vin blanc et un verre d'eau.

Cuissez à four chaud (th. 7) pendant 30 minutes. Servez bien chaud.

Préparation: 15 min. Cuisson: 30 min.

Classification: poisson (plat), facile (difficulté), 2/3 (toques), non testée

Origine: Bien cuisiner de Marie-Claude Bisson

Date: 15.08.2006

Enregistré par: démo