

Mes Recettes

N°20

PAPILLOTE DE POISSON AUX « SAVEURS DES 7 MERS »

INGRÉDIENTS : 1 morceau de dos de cabillaud (ou poisson de votre choix), 1 cuillère à café bombée du mélange « Saveurs des 7 mers », le jus d'un demi-citron vert, 3 rondelles de citron vert, sel et poivre.

Préchauffer le four à 180°C (Th.6).

Dans un bol, mélanger le jus de citron vert et le mélange « Saveurs des 7 mers » avec du sel selon votre goût.

Placer le dos de cabillaud sur une feuille de papier sulfurisé et le couvrir du mélange.

Déposer les 3 rondelles de citron vert sur le poisson.

Fermer hermétiquement la papillote et enfourner 13 à 15 minutes.

Dresser la papillote sur une assiette et l'ouvrir au dernier moment.

Assaisonner de poivre concassé (idéalement du poivre noir de Kampot).

Selon les goûts, le jus et les rondelles de citron vert peuvent être remplacées par du citron jaune ou de l'orange.

1 personne



LA CALE AUX ÉPICES

19 15



Paimpol
Comptoir de négoce

L'invitation aux voyages

Initiation aux épices

Découvrez les recettes
d'Appoline blog culinaire
<https://grainesetepices.blogspot.fr/>

www.lacaleauxepices.com

*Mes
Recettes*

