

Feuilletés de poireau au lieu noir



Entrée **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 40 mn

Le lieu noir est un poisson blanc à la chair ferme. Présent en France, il est également très populaire en Allemagne où on le déguste salé ou fumé. Lorsqu'il est cuisiné frais, c'est un poisson plein de qualités nutritionnelles et aux multiples saveurs.

Ingrédients

- 1 pâte feuilletée
- 1 filet de lieu noir
- 2 poireaux
- 1 citron
- 25 cl de crème fraîche
- 150 g de fromage râpé
- 1 oeuf
- 20 g de beurre

Préparation

- 1 Nettoyez, lavez et coupez les poireaux en lanières. Faites-les fondre dans une poêle avec le beurre. Salez, poivrez et ajoutez une pointe de muscade. Laissez cuire à feu doux pendant 15 minutes.
- 2 Au bout de ce temps, coupez le filet de poisson en morceau et ajoutez-le aux poireaux. Arrosez du jus de citron. Remuez délicatement et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes.
- 3 Hors du feu, ajoutez le fromage râpé et la crème. Remuez et réservez le temps de préparer les feuilletés.
- 4 J'avais un pâte feuilletée ronde... Je l'ai donc légèrement roulée afin d'en faire un carré....
- 5 Coupez votre pâte en quatre. Déposez 1 ou 2 cuillère de la fondue de poireau au lieu noir au milieu de chaque morceau de pâte. Puis, remontez les bords à la manière d'un feuilleté du commerce!
- 6 Battez le jaune d'oeuf avec une goutte d'eau et badigeonnez vos feuilletés à l'aide d'un pinceau de cuisine. Glissez vos feuilletés 15 minutes dans le four à 200°C (th.6-7).
- 7 Servez aussitôt ! Bon appétit !

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

