

Filets de lieu au Noilly Prat



lesbonsrestaurants

Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 15 mn

Lors d'un de nos voyages dans le département de l'Hérault, nous avons pu visiter les caves de Noilly Prat, ce délicieux breuvage que l'on sert en apéritif! Depuis, nous ne nous lassons pas de l'utiliser en cuisine!

Ingrédients

- 4 filets de lieu
- 40 g de farine
- 100 g de beurre
- 10 cl de noilly prat
- 1 citron
- persil
- sel, poivre

Préparation

- 1 Salez, poivrez les filets de lieu puis passez-les dans la farine. Hachez le persil. Pressez le citron. Prenez la moitié du beurre et travaillez-le avec le persil haché et le jus du citron.
- 2 Faites chauffer le reste du beurre dans une poêle et faites-y dorer les filets de lieu. Retournez les filets de poisson, versez le Noilly Prat et finissez la cuisson. Le poisson finit sa cuisson légèrement poché dans le Noilly Prat.
- 3 Au moment de servir, posez les filets de lieu dans les assiettes. Déposez une noisette de beurre persillé sur le dessus. Servez avec des pommes de terre vapeur et une rondelle de citron. 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

