

## Filets de limande au vin blanc, à la crème et aux pommes de terre nouvelles



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 10 mn

**Cuisson** : 20 mn

*La limande fait partie des poissons maigres. Mais ce poisson a la particularité de posséder des acides gras qui sont très bénéfiques pour la santé. La limande a une forme large et aplatie, un peu comme la sole. Poisson des mers froides, il fera le bonheur des gourmets!*

### Ingrédients

- 4 filets de limande
- 200 g de champignons de paris
- 1 échalote
- beurre
- 2 cs de farine
- 1 verre de vin blanc
- 2 verres de fumet de poisson
- 25 cl de crème fraîche
- sel
- poivre
- 1 kg de pommes de terre nouvelle
- persil

### Préparation

- 1 Lavez et faites-cuire les pommes de terre à la cocotte minute. Pelez-les et réservez-les au chaud.
- 2 Salez, poivrez et farinez légèrement les filets de limande. Faites-les revenir dans une poêle avec un morceau de beurre. Retournez-les à mi-cuisson. Réservez-les.
- 3 Dans une poêle, faites revenir les champignons égouttés ainsi que l'échalote pelée, lavée et hachée. Ajoutez le vin blanc, le fumet et laissez réduire quelques minutes. En fin de cuisson, ajoutez la crème.
- 4 Disposez les filets de limande sur un plat. Posez les pommes de terre autour. Versez la sauce au vin blanc par-dessus. Décorez avec quelques branches de persil. 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

