

Fricassée de lotte aux olives



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 30 mn

Cuisson : 15 mn

Vous pouvez réaliser cette recette avec n'importe quel poisson. Je n'ai pas rajouté de sel et j'ai accompagné ce plat d'un riz basmati. Cette recette est toute simple mais nous nous sommes régalés. Ça change du poisson en papillote !

Recette proposée par : Françoise GUILLAUME-CHARRON

Ingrédients

- 800 g de lotte - nettoyée et désossée
- 1 sachet de sauce au beurre blanc - de maggi
- 50 g de beurre
- 100 ml de vin - blanc
- 100 ml d'eau
- huile d'olive
- 2 échalotes
- 12 olives - vertes dénoyautées
- poivre

Préparation

- 1 Pelez et hachez les échalotes.
- 2 Coupez la lotte en gros dés.
- 3 Dans une poêle contenant de l'huile d'olive bien chaude, faites dorer la lotte avec les échalotes.
- 4 Versez le vin blanc, l'eau et portez à ébullition. Ajoutez le contenu du sachet et le beurre. Remuez bien l'ensemble jusqu'à parfaite dissolution de la sauce. Laissez cuire doucement quelques minutes en remuant de temps en temps jusqu'à ce que la sauce épaississe. Poivrez si nécessaire. Servez la lotte nappée de sauce.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

