

Poisson au four sur fondue de poireau



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 30 mn

Cuisson : 30 mn

Des filets de merlu ou de cabillaud ou tout poisson blanc peuvent entrer dans cette recette

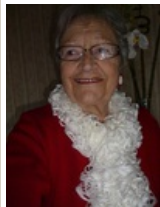
Ingrédients

- 4 filet de poisson - au choix
- 2 brin de poireau
- 1 échalote
- 1 pincée de piment d'espelette
- beurre
- crème fraîche
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Laver et couper le poireau en menus morceaux dans une casserole faire fondre un peu de beurre et y faire revenir l'échalote coupé en fines lamelles. Lorsque l'échalote est translucide ajouter le poireau et laisser cuire, en remuant .
- 2 Quand la préparation semble légèrement cuite, ajouter quelques cuillérées de crème fraîche, le sel et le poivre . Dans un plat allant au four, étaler la fondue de poireau, et poser dessus les filets de poissons parsemés d'un peu de piment d'espelette.
- 3 Mettre au four TH.5/6 30 minutes . le plat peut être accompagné de riz ou de pommes vapeur .

Proposé par



Didine

Je ne suis pas une "pro" de la cuisine, mais il m'arrive tout de même de préparer de bons petits plats et desserts pour ma famille et mes amis.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

