

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

