

Truites au four et tomates fraîches



Plat **Facile**

Pour : 3 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 35 mn

Voici une recette de Françoise (La Guillaumette) que j'ai adaptée à ma façon.

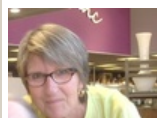
Ingrédients

- 3 truites
- 3 tomates
- 1 oignon
- 1 citron
- 1 verre de vin blanc
- huile d'olive
- noisettes de beurre
- sel
- poivre du moulin
- thym
- persil
- ciboulette

Préparation

- 1 Dans un plat allant au four, versez un peu d'huile d'olive et déposez dans le fond des rondelles de tomates. Salez et poivrez.
- 2 Lavez les truites sous l'eau froide, épongez-les, salez et poivrez-les et garnissez l'intérieur de rondelles d'oignon de thym et de persil frais.
- 3 Déposez les truites dans le plat et garnissez le dessus avec le reste de tomates, des tranches de citron, le reste d'oignon, du persil et du thym, ajoutez le vin blanc et quelques noisettes de beurre.
- 4 Dans un four préchauffé à 200°C (th.7), enfournez votre plat et laissez cuire plus ou moins 35 min. J'ai servi les truites avec la garniture de tomates et des pommes de terre parsemées de ciboulette.
- 5 Bon appétit, vous allez vous régaler !

Proposé par



Gigi

bonjour ,j'aime les plats simples ,mijotés et savoureux comme je les cuisine chez moi en Belgique.

visitez mon blog et laissez moi vos commentaires .merci//simplementgigi.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

