



Recette de saison

Marmite de Flétans et Cheyenne

Recette de Sébastien Chesneau



Difficulté

2/5



Préparation

45 minutes



Cuisson

30 minutes



Ingrédients pour 4 personnes

360 g de Flétan
600 g de Lily Rose
50 g de crevette grise
50 g d'oseille
8 cl de vin blanc
Huile d'olive
Sel
Poivre

- 1 Eplucher et laver les pommes de terre. Cuire 15 minutes au faitout à feu vif.
- 2 Préparer le flétan en le coupant en lamelles de façon à le positionner dans les marmites. Décortiquer les crevettes grises et réserver.
- 3 Placer le poisson et les crevettes au centre des petites marmites.
- 4 Les pommes de terre cuites, les passer tout de suite à l'eau froide et les éplucher.
- 5 Les couper en morceaux et les placer dans les marmites.
- 6 Versez 1 cl d'huile d'olive et 2 cl de vin blanc par marmite. Saler et poivrer.
- 7 Mettre au four sans préchauffage pendant 15 minutes à 180°

Bonne dégustation !

Vous avez apprécié cette recette ? Retrouvez en d'autres sur

www.lapommedeterre.fr

Suivez-Nous

