

Lieu jaune entier au four

Ingredients

- 2 pièces de lieu jaune entier
- 1 oignon
- tomates cerise
- 1 citron
- herbes de Provence
- vin blanc

Je passe en cuisine

1. Déposez votre poisson sur papier aluminium. Émincez l'oignon, coupez les tomates cerise en deux et déposez le sur votre poisson. Coupez des rondelles de citron et déposez-les sur le poisson. Assaisonnez le tout avec sel, poivre, huile d'olive et herbes de Provence. Finissez par un peu de vin blanc.
2. Repliez votre papier en papillote. Enfournerez votre papillote dans un four à 190 °C pendant 20 minutes.
3. À la sortie du four, attendez 5 minutes que votre papillote refroidisse et c'est prêt à servir. Ce plat se marie parfaitement avec du riz.



DIFFICULTÉ

FACILE



PRÉPARATION

30 MIN



CUISSON

20 MIN



NB DE PERS.

4