

Les papilles impressionnistes

Recette Plat

Poisson du jour à la Dugléré (barbue, merlu, cabillaud,...)

Il faut : 1 beau poisson pour 6 personnes, 1 livre de tomates, oignons, échalotes, persil, thym, laurier, vin blanc, beurre, bouillon de poissons.

Prenez un joli plat allant au four, beurrez-le et recouvrez le fond d'oignons émincés, de tomates concassées et débarrassées de leur eau, d'échalotes émincées et d'1 bouquet de persil, de thym et de laurier, ces deux dernières herbes utilisées avec discrétion. Sur ce lit, couchez le poisson. Salez, poivrez. Mouillez avec du vin blanc et autant de bouillon de poissons.

Laisser cuire sur feu vif. Quand l'ébullition est commencée, couvrez le plat avec du papier beurré et portez à four chaud. Lorsque le poisson est cuit, une vingtaine de minutes plus tard, sortez-le le temps de transvaser la sauce dans un autre récipient, passez-la. Travaillez-la avec une bonne quantité de beurre fin. Verser la sauce sur la barbue (le poisson) et servez dans le plat remis au four quelques minutes.

