



Poisson aux câpres

Niveau de difficulté : faciles

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

- 12 filets de poissons avec la peau (merlan, chinchard...)
- 100 g de beurre demi-sel
- 1 cuil. à soupe de moutarde à l'ancienne
- 3 cuil. à soupe de câpres bio au vinaigre et à l'estragon Bravo Hugo
- 1 citron vert
- Du sel
- du poivre

1. Couper le citron en deux et presser-le.
2. Mélanger 75 g de beurre, la moutarde et les câpres égouttées.
3. Verser le jus de citron (petit plus : ajouter de la pulpe), saler, poivrer et mélanger encore.
4. Poêler les filets de poisson côté peau dans le reste de beurre. Couvrir et laisser sur feu doux 10 mn environ : le poisson doit être juste cuit.
5. Parsemer les filets de beurre parfumés aux câpres.
6. Hors du feu, couvrir la poêle le temps que le beurre fonde.
7. Server aussitôt le poisson nappé de jus.
8. Accompagner le tout avec du riz.