

BARBUE

PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 45 MIN
POUR 6 PERSONNES

1.

Posez les poissons, côté blanc au-dessus, dans des plats de cuisson largement beurrés, assaisonnez, mouillez de cidre.

Couvrez d'un papier aluminium également beurré à l'intérieur et faites cuire 30 minutes à four moyen, en arrosant de temps en temps avec le jus de cuisson.

2.

D'autre part, préparez la sauce, faites un roux blond avec le beurre et la farine, mouillez du jus de cuisson du poisson, faites épaissir sur feu doux, joignez la crème.

Assaisonnez et versez le jus de citron au goût. Ajoutez les crevettes et nappez les poissons avec cette sauce.

CONSEILS

Vous pouvez ajouter dans le fond du plat de cuisson quelques émincés, revenus au beurre, et quelques échalotes.

2 barbues de 1 kg chacune
100 g de beurre

LA SAUCE

2 verres de ZATHINOÉ®
1 cuillère à soupe de farine
Le jus de cuisson des poissons
200 g de crème fraîche
Sel, poivre, jus de citron
400 g de crevettes cuites et décortiquées