

Dorade royale au vin blanc



Pour 2 personnes:

- 1 belle dorade royale
- 1 oignon
- 1 petit verre de vin blanc sec
- 3 grosses pommes de terre
- 1 tomate
- 1 brin de thym
- 1 feuille de laurier
- sel, poivre _

Préchauffer le four à 180°.

Préparer la dorade: ouvrir le ventre à l'aide de ciseaux et retirer es entrailles. Bien laver l'intérieur de la dorade sous l'eau froide. Sécher avec du papier absorbant.

Dans un plat à four légèrement huilé, déposer la dorade salée et poivrée. Glisser le thym et le laurier à l'intérieur du poisson.

Peler et tailler les pommes de terre en gros quartiers. Émincer l'oignon et découper la tomate en fines rondelles. Répartir les légumes dans le plat, tout autour de la dorade. Arroser de vin blanc.

Enfourner et laisser cuire 20 min. Retirer la dorade et la réserver sur une assiette, couverte de papier aluminium.

Poursuivre la cuisson des légumes encore 20 min.

Remettre la dorade sur son lit de légumes et laisser dans le four éteint en attendant de servir.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com/>