

Fish and Chips (au four)

- La meilleure recette de Fish and Chips maison (Fait au four!)



PRÉPARATION
10 MIN

CUISSON
35 MIN

TEMPS TOTAL
45 MIN

PORTIONS
4

Ingrédients :

- 4 filets de morues ou d'aiglefin
- 1/2 tasse (125 ml) de farine
- 1 tasse (250 ml) de chapelure Panko
- 2 gros œufs
- 1 cuillère à thé d'origan
- 1 cuillère à thé de paprika
- 1 pincée de sel et de poivre
- 2 citrons

Préparation :

1. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C). Tapisser une plaque à cuisson d'une feuille de papier parchemin et mettre de côté.
2. Préparer trois bols. Le premier avec la farine. Le deuxième avec les œufs battus. Le troisième avec la chapelure, l'origan et le paprika bien mélangé.
3. Assaisonner chaque morceau de poisson de sel et de poivre. Tremper dans la farine, puis dans les œufs et enfin dans la chapelure. Répéter avec tous les morceaux.
4. Transférer sur la plaque à cuisson. Vous pouvez les vaporiser d'un peu d'huile si vous le désirez.
5. Faire cuire pendant 15 à 20 minutes, dépendamment de l'épaisseur du filet. Tourner à mi-cuisson.
6. Servir avec du citron frais et un peu d'aneth.

Vous pouvez faire ça avec des **bonnes frites au four!**

Vous cherchez une bonne recette de Fish & Chips qui n'est pas cuite dans la friteuse? Voici une recette vraiment facile et excellente :)

“

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)