

Truites arc-en-ciel au beurre et à l'ail

- La meilleure recette de truites arc-en-ciel au beurre et à l'ail (Wow!)



Ingrédients :

- 1 lb de truites arc-en-ciel, sans la peau
- 2 cuillères à soupe de beurre
- Le jus d'un demi-citron
- 1 ou 2 gousses d'ail émincées
- 1 cuillère à thé de persil frais émincée (optionnel)
- Sel et poivre

Préparation :

1. Préchauffer le four ou le barbecue à 375 °F (190 °C).
2. Vaporiser un peu d'huile dans un papier d'aluminium et placer le filet de truite à l'intérieur. Retourner les quatre coins du papier.
3. Assaisonner de sel et de poivre.
4. Ajouter le jus de citron sur la truite.
5. Faites fondre le beurre dans le micro-ondes avec l'ail.
6. Badigeonner le beurre à l'ail sur la truite.
7. Fermer la papillote et faire cuire pendant 15 à 20 minutes.
8. Garnir de persil frais.

Vous revenez de la pêche et ça va clairement vous prendre une bonne recette de truites parce que vous avez pêché les plus belles? Voici une recette simple, mais

03/06/2021

La meilleure recette de truites arc-en-ciel au beurre et à l'ail (Wow!)

super bonne :)

“

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