

Pavé de Poisson en Croûte de Pistaches

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- | | |
|----------------------|---------|
| - COEUR DE CABILLAUD | 2 beaux |
| - PISTACHES | 40g |
| - BEURRE | 40g |
| - FARINE | 20g |
| - SEL | |
| - POIVRE | |
| - HUILE D'OLIVE | |

Recette:

- Mixez les pistaches.
- Incorporez alors le beurre légèrement fondu et la farine avec celles-ci.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Saisissez les pavés de poisson dans une poêle bien chaude sur une seule face. Salez et poivrez.
- Huilez un plat à gratin.
- Déposez-y les morceaux de poisson puis recouvrez avec la pâte aux pistaches. Arrosez d'un peu d'huile d'olive.
- Enfournez pour 15 à 18 minutes.
- Servez le poisson sur un lit de sauce tomate épicée (DI-85).

Remarque:

Accompagnez de sauce tomate épicée (DI-85)

