



Estelle de Saint Germain

Bar Aqua Pazza

Ingrédients :

1 bar ou daurade, 2 fenouils couper en larges lamelles,
250g de tomates cerises, quelques olives noires et / ou de
grosses câpres italiennes, 1 citron bio coupé en rondelles,
sauge ou romarin, un filet d'huile d'olive, ail, (un demi
verre de vin blanc sec), papier sulfuriser

Recette :

Placer le poisson évidé dans un grand plat allant au four,
ajouter tous les ingrédients, passer au four à 180°

Le temps de cuisson dépend de la taille du poisson,
demander conseil à votre poissonnier, il faut souvent
prévoir 20 minutes pour un poisson pour 2 personnes.