



Estelle de Saint Germain

Filets de merlan bouillon parisien

Ingrédients :

4 filets de merlan, 8 gousses d'ail, 2 c-à-s d'huile d'olive, 1 branche de céleri, 1 jus de citron, 4 petits poireaux, 1 botte d'oignons nouveaux, thym (citronné), 80g de beurre.

Possibilité d'ajouter des palourdes bien rincées et cuites 5 min dans le bouillon.

Recette : Préchauffer le four à 180°

Éplucher l'ail, laver les oignons et les poireaux puis les tailler en petits morceaux.

Dans une cocotte, faire fondre le beurre, ajouter les oignons les poireaux, l'ail, le thym et laisser colorer 5 min, mouiller à hauteur avec de l'eau et laisser cuire doucement 10 min.

Arroser du jus de citron, rectifier l'assaisonnement, Assaisonner les filets de merlan, les déposer dans un plat légèrement huilé et enfourner 5 min de chaque côté

Servir les filets nappés du bouillon.