

Maquereaux au Vin Blanc

Pour 4 personnes Préparation 10 minutes Cuisson 40 minutes



Ingrédients

- 1 enveloppe d'un kg de Maquereaux
- 75 cl de Vin Blanc
- 2 carottes
- 1 oignon
- 2 bouquets garnis
- Sel & Poivre

PRÉPARATION

1. Préchauffez votre four à 180°C. Épluchez et émincez l'oignon et les carottes.
2. Dans une casserole, mettez l'oignon et les carottes avec le vin blanc et les bouquets garnis. Faites bouillir le tout environ 20 minutes à feu doux.
(Vous pouvez ajouter à la marinade, des clous de girofle et des rondelles de citron selon vos envies)
3. Rincez l'intérieur des maquereaux. Placez-les dans un plat à four. Versez le vin blanc bouillant avec la garniture dans le plat.
4. Salez, poivrez et enfournez 20 minutes.

À déguster tiède ou froid ! Bonne Dégustation !