

PAVÉS D'ÉGLEFIN, LÉGUMES D'ÉTÉ & SAUCE ANETH

INGREDIENTS

- 4 PAVÉS D'ÉGLEFIN
- 3 TOMATES
- POMMES DE TERRE GRENAILLE
- 20 PETITS POIS ENTIERS
- 15 CL DE CRÈME ÉPAISSE
- 1 CÀS D'ANETH CISELÉE
- 3 CUILLÈRES D'HUILE D'OLIVE
- SEL & POIVRE



PREPARATION

1/ Rincez les légumes. Placez-les dans un cuit vapeur 15 minutes. En fin de cuisson, salez et poivrez.

2/ Cuire le poisson dans une poêle avec l'huile chaude. Salez, poivrez, réserver au chaud.

3/ Parallèlement, dans une petite casserole, chauffez à feu doux la crème et ajoutez l'aneth.

4/ Dressez le poisson en assiette, nappez de sauce, et ajoutez les légumes à côté.

