

Filet de dorade, croute de lentilles vertes

Ingrédients

1 poignée de lentilles vertes
1 gousse d'ail
Épices (selon vos goûts)
Vin blanc tiède
Thym
Filets de dorade
Huile citronnée

Dans une cocotte, faites mijoter la poignée de lentilles vertes avec la gousse d'ail et épices selon vos goûts. Faites mariner un peu de vin blanc tiède avec du thym. Ajoutez cette marinade à vos lentilles.

Dorez les filets de dorade dans une poêle chaude. En fin de cuisson, ajoutez un filet d'huile citronnée.

Disposez les filets sur une assiette. Couvrez le tout de lentilles et de feuilles de basilic.



Joseph
design.be

L'ustensile de
la semaine !

Grill ~~173€~~ 89€

Poêle Ø24cm

~~110€~~ 59€



chée de Charleroi 1 à Thorembais-les-Béguines
info@josephdesign.be - Téléphone : 010 247 287
Du mercredi au samedi de 10h à 18h

