

BLANC

MAQUEREAU
EN ESCABÈCHE

LES MAQUEREAU EN ESCABÈCHE,
UNE BELLE RECETTE POUR UNE ENTRÉE OU UN APÉRO DINATOIRE.


 **INFORMATIONS**

Difficulté : **Facile**
 Nombre de personnes : **4 personnes**
 Temps de préparation : **10 min**
 Temps d'attente : **12 h**
 Temps de cuisson : **5 min**
 Coût : **Économique**

 **CONSEILS :**

Dégustez cette escabèche avec des tranches de pain grillées.

 **INGRÉDIENTS**

8 filets de maquereau
 ½ bouteille de **LICHETTE**
 5 cl de vinaigre de vin blanc
 2 oignons nouveaux
 1 carotte
 1 céleri branche
 2 gousses d'ail
 2 feuilles de laurier
 Sel et piment d'Espelette

 **PRÉPARATION**

- 1 - Salez et ajoutez du piment d'Espelette sur toutes les faces des maquereaux.
- 2 - Disposez vos filets dans un plat côté peau sur le dessus.
- 3 - Ajoutez un filet d'huile d'olive.
- 4 - Dans une casserole, faites chauffer le vin blanc Lichette avec le vinaigre blanc, les grains de poivre et le laurier. Laissez bouillir 2 minutes.
- 5 - Ajoutez tous les légumes coupés très finement.
- 6 - Portez à ébullition à nouveau et versez la préparation sur les poissons.
- 7 - Filmez le plat et mettez-le 24 heures au réfrigérateur.
- 8 - Au moment de servir, ajoutez des fines herbes hachées.

C'est prêt!



Scanner ce QR code
 pour vous connecter sur
 le site de Noémie Vernaux
 et découvrir d'autres recettes.