

Colinots Mistral

Pour 4 personnes.

Préparation : 20 mn, cuisson : 8 mn.

4 colinots de 200 g chacun, un petit verre de vin blanc, une c à soupe d'huile, une échalote, 2 gousses d'ail, un bouquet de persil, une petite tasse de mie de pain, une tomate pulpeuse, sel et poivre, 4 feuilles d'aluminium.

Vider, laver et éponger les poissons. Les ouvrir sur le côté, ôter l'arête centrale.

Hacher rapidement l'échalote, l'ail, le persil. Peler et épépiner la tomate, la piler dans un mortier avec les hachis précédents et la mie de pain.

Mouiller d'un peu de vin blanc. Saler et poivrer.

Farcir les colinots de cette préparation.

Huiler les feuilles d'aluminium et enfermer un poisson dans chacune d'elles. Glisser ces papillotes à four chaud, entrouvrir les papillotes, allumer la rampe du four, les laisser encore deux minutes et servir.

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.