

Lotte au curry

Pour 4 personnes.

Préparation : 20 minutes, cuisson : 30 minutes.

800 g environ de lotte, 2 beaux oignons, 1 gousse d'ail, 1 verre de vin blanc, 1 dl de crème fraîche, 40 g de beurre, 1 c à café de curry, 2 c à soupe d'huile, 1 pincée de gingembre, 1 pincée de poivre de Cayenne, 2 c à soupe de farine, sel et poivre.

Eplucher et hacher très finement les oignons; éplucher et écraser la gousse d'ail; couper la lotte en gros dés, les laver, les éponger et les assaisonner; les saupoudrer de farine.

Faire blondir les oignons avec l'huile chaude dans un sautoir; ajouter la gousse d'ail; laisser légèrement colorer, puis égoutter les oignons; ajouter alors le beurre dans le sautoir: faire raidir les morceaux de lotte à feu vif dans ce beurre chaud; remettre les oignons avec le poisson; saupoudrer avec le curry; bien mélanger; ajouter le gingembre, puis arroser avec le vin blanc; laisser cuire 15 minutes environ.

Egoutter la lotte; la disposer sur un plat de service chaud; ajouter la crème à la sauce; laisser bouillir 2 minutes, puis rectifier l'assaisonnement et le relever d'une pincée de poivre de Cayenne; napper le poisson avec cette sauce et servir chaud.



Clic sur l'image pour l'agrandir

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.