

Filets de limande Saint-Valéry

Pour 4 personnes.

2 limandes moyennes, 1 petit pot de crème fraîche, 1 citron, 1 verre de vin blanc, 1 c à soupe de moutarde forte, 50 g de beurre, 3 ou 4 échalotes, sel, poivre, pommes de terre, un peu de cresson.

Lever ou faire lever les filets des limandes. Faire fondre le beurre dans un plat; ajouter le jus du citron; bien mélanger avant de placer les filets dans le plat. Faire chauffer le four réglé sur 200°C et mettre ce plat au four quelques minutes.

Peler et hacher finement les échalotes; les mettre dans une casserole avec le vin blanc et faire vivement bouillir jusqu'à ce que ces échalotes soient tendres et le vin évaporé aux trois quarts. Verser la crème dans la casserole; ajouter moutarde, sel et poivre.

Napper les filets de sauce (ils doivent tout juste être raffermis mais non colorés par leur séjour au four); remettre le plat au four et achever la cuisson en quelques minutes. A la sortie du four, la sauce ne doit pas être gratinée.

Servir après avoir décoré de petits bouquets de cresson. Accompagner de pommes de terre vapeur et d'une petite salade de cresson.

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 1980 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.