

Maquereaux marinés

Préparation : 20 mn, cuisson : 20 mn.

Pour 4 personnes.

1,2 kg de petits maquereaux (ou lisettes), 75 cl de vin rouge, 10 cl de vinaigre de vin, 4 échalotes, 2 carottes, 1 citron, 1 feuille de laurier, 1 brin de thym, 2 clous de girofle, 12 grains de poivre, 1 pincée de sucre, sel.

Dans une casserole inoxydable, porter le vin rouge à ébullition avec le thym, le laurier, les clous de girofle et les grains de poivre. Laisser bouillir et réduire d'un tiers (environ 10 mn). Y ajouter 25 cl d'eau froide et le vinaigre. Chauffer à nouveau.

Peler et émincer les échalotes et les carottes. Puis les ajouter dans la casserole avec le sucre. Saler. Poursuivre la cuisson pendant 5 à 7 mn. Les légumes doivent rester assez croquants.

Entre-temps, vider les maquereaux. Rincer et les éponger. Les mettre dans un plat à feu. Les arroser de la marinade. Ajouter le citron en rondelles. Mettre sur feu doux et laisser frémir 5 mn.

Servir chaud ou froid. Dans ce cas, les laisser refroidir dans la marinade et réserver au réfrigérateur.

Astuce pratique : ces maquereaux se conserveront 2 ou 3 jours au réfrigérateur. On peut donc les préparer à l'avance.

Une idée en plus : cette recette peut être réalisée aussi avec du vin blanc.



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.