

Truites à la luganaise

Pour 4 personnes.

4 truites (ou tanches ou maquereaux, etc...), oignons, purée de tomates, persil, farine, beurre, vin blanc, sel, poivre.

Nettoyer les poissons, les parer, les passer dans la farine et les faire dorer des deux côtés, dans du beurre, à la poêle. Lorsqu'ils sont cuits, les enlever et les tenir au chaud.

Ajouter à la cuisson un oignon haché, 1 c de purée de tomate (ou 2 petites tomates pelées, égrainées et coupées en morceaux) et du persil haché. Mouiller avec 2 c à soupe d'eau et 3 c à soupe de vin blanc. Saler, poivrer et amener à ébullition.

Remettre les poissons dans la sauce, puis les dresser sur le plat de service et les napper de la sauce. Garnir de rondelles d'oignon frites, de persil et de citron.

Accompagner de pommes de terre persillées.



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.