



Truites des Pyrénées en Papillote

4 personnes

PRÉP.25 min.

CUISSON.15 min.

Ingrédients :

- 4 filets de truites 100% Pyrénées
- 1 oignon
- 1 échalote
- 2 gousses d'ail
- 1 c. à café de piment doux
- 1/2 c. à café de gingembre en poudre
- 1 c. à café de curcuma
- 1/2 citron jaune
- fleur de sel

Préparation :

Peler les gousses d'ail, l'échalote et l'oignon. Tailler l'oignon en fines rondelles et hacher très finement l'échalote et les gousses d'ail.

Préparer les **filets de truite 100% Pyrénées** en enlevant la peau et les placer dans une papillote. Mélanger les épices et un peu de sel dans un bol et répartir le tout sur le poisson.

Ajouter alors le hachis d'ail et d'échalote puis les rondelles d'oignon. Arroser d'un filet de jus de citron.

Enfourner à 180°C pendant 20 minutes.

Servir aussitôt !