

## Filet de maquereaux aux légumes Thaï

Pour 4 personnes

préparation : 10 mn

cuisson : 15 mn

### Ingrédients

8 filets de maquereaux  
1 fenouil  
1 poivron rouge  
1 poivron jaune  
1 oignon rouge  
Huile  
Sel et poivre  
1 c à s de curry vert Thaï

### Recette

Découper en lamelles tous les légumes et les faire revenir à l'huile dans une poêle, saler, poivrer et ajouter le curry.

Faire rôtir les filets quelques minutes de chaque côté avec un peu d'huile. Saler et poivrer.

*Bon Appétit !*