

Filet de cabillaud au pistou rouge

Pour 4 personnes Préparation : 10 mn Cuisson : 15 mn

Ingrédients

4 dos de cabillaud
8 tranches de jambon de parme
1 pot de pistou rouge
sel maraîcher
huile d'olive origan
le jus d'un citron

Recette

Préchauffer le four à 180°C.
Couper vos dos de cabillaud en deux pour faire des morceaux de +/- 7 cm d'épaisseur.
Etaler le pistou rouge sur une chaque tranche de jambon de parme et placer au milieu les morceaux de poisson. Presser le citron très légèrement sur le poisson, ajouter le sel maraîcher et un peu de poivre.
Enrouler le poisson dans le jambon, placer les dans un plat allant au four et arrosez d'un trait d'huile à l'origan.
Laisser cuire entre 10 et 15 minutes.

C'est une très bonne manière de faire manger du poisson aux enfants 😊.

Bon Appétit !