

Maquereaux au raisin blanc



Ingrédients :

- * 4 maquereaux de 250g (vidés, étêtés et ébarbés)
- * 500 g de raisin blanc italien
- * 30 g de beurre et 1 cuillère d'huile de colza
- * 30 g de sucre roux
- * 25 cl de vin blanc doux et moelleux (style Vouvray)
- * 10 cl de fond de veau bien réduit
- * sel et poivre

Recette

- * Préchauffer le four (150))
- * Enlever la peau des raisins ainsi que les pépins
- * Dans une sauteuse, faire revenir les maquereaux avec le beurre et l'huile sur feu doux pendant 5mn sur chaque face, les réserver dans un plat au chaud en les couvrant d'un torchon
- * Enlever la graisse de la sauteuse et y faire revenir les raisins avec le sucre roux, le sel et le poivre jusqu'à légère caramélisation puis mouiller avec le vin et le fond de veau et faire réduire d'un quart.
- * Mettre les maquereaux 5 mn dans le four chaud dans un plat à gratin en les nappant de la sauce et servir aussitôt.

Bon appétit
Madeleine