

## LA DAURADE AU FOUR



### **le nécessaire:**

tomate  
pomme de terre  
daurade  
citron  
échalote  
champignon  
beurre  
huile  
sel & poivre  
herbes de Provence

### **la préparation**

Pelez et coupez les pommes de terre en rondelle de ½ cm d'épaisseur  
Faire « blanchir » 5 minutes les pommes de terre dans de l'eau bouillante  
Coupez les tomates en rondelles de ½ cm d'épaisseur  
Coupez l'échalote en petits morceaux  
Coupez les champignons en lamelle

### **le plat**

dans un plat beurré et huilé, étendre l'échalote et les champignons régulièrement  
poser en premier une rangée de tomate tout le long du plat  
sur ces tomates poser une rangée de pomme de terre  
renouveler les rangées de tomates et pommes de terre en laissant un emplacement pour le poisson  
mettre dans le poisson des herbes de Provence ou autres plantes aromatiques suivant le goût  
disposer les rondelles de citron sur le poisson

### **la cuisson**

Dans un four chaud à 180 degrés chauffé durant 15 minutes, mettre le plat à cuire pendant 1 ½ heure environ.  
¼ heure avant la fin de cuisson ajouter un verre de vin blanc sec