



4 personnes



10 minutes



20 minutes

Filets de maquereaux grillés à la moutarde

Préchauffez le four à 180°C.

Déposez vos filets de maquereaux côté peau vers le haut dans un plat allant au four. Enduisez les filets de moutarde et assaisonnez. Arrosez les filets de poisson de vin blanc, déposez des petites noisettes de beurre par-dessus. Parsemez de chapelure.

Enfournez 15 à 20 minutes (selon la taille des filets). En fin de cuisson, ajoutez le persil et servez accompagné de pommes de terre rissolées.

- 8 filets de maquereaux frais
- 4 CS de moutarde à l'ancienne
- 40 g de beurre
- 2 CS de chapelure
- 10 cl de vin blanc
- 2 CS de persil ciselé