



<http://www.lesfoodies.com/>

Queue de lotte persillée



Temps de préparation: <15 minutes

Temps de cuisson: 5 à 10 minutes

Difficulté: Facile

Ingrédients (2 personnes):

- Un vingtaine de petites queues de lotte
- 3 Gousses d'ail assez grosse
- Sel poivre persil
- Un morceau de beurre et 2 cuillerées à soupe d huile
- Un peu de farine

Préparation:

Nettoyer les queues de lotte et préparer les les rincer et laisser les sécher.

Fariner les et réserver les dans une assiette. Peler l ail et la couper en petits dés.

Dans une poêle mettre l huile et le beurre à chauffer et y saisir les queues de lotte.

Ajouter l'ail et le persil (pour moi en surgelé) et laisser cuire une dizaine de minutes saler poivrer servir.

Publié par rosINETTE - <http://www.lesfoodies.com/rosinette>