***Bar sauce à l'orange sanguine***

***Pour 2 personnes***

2 filets de Bar (ou autre poisson blanc)

1 filet de jus de citron

sel, poivre

2 cuil à soupe de farine

1 pincée de mélange 5 baies

1/2 grosse orange sanguine (ou 1 petite)

50ml de crème liquide

Faites chauffer 1 filet d'huile d'olive dans une sauteuse.

Arrosez vos filet avec 1 filet de jus de citron, salez, poivrez et passez-les dans la farine avant de les faire frire dans la sauteuse, 2 minutes de chaque coté.

Prélevez le jus et le zeste de l'orange sanguine. Ecrasez les baies.

Quand le poisson est frit des deux coté, versez le jus d'orange et la crème dans la sauteuse, mélangez ajoutez le zeste et les baies écrasées, laissez cuire 2 minutes et c'est prêt.