
Filet de Truite aux Amandes Effilées accompagné de sa cuvée Mélodie



Ingrédients (pour 4 pers.):

- 4 Filets de truite
- 1 Verre de lait
- 50 g de Farine
- 60 g de Beurre
- 10 cl de Crème fraîche liquide
- 50 g d'Amandes effilées
- 1 Citron
- Sel; poivre

Préparation :

1. Passer les filets dans le lait salé et poivré, puis les enfariner.
2. Dans une grande poêle, faites chauffer 40 g de beurre. Mettez-y les filets à dorer sur feu moyen, de 7 à 8 minutes sur chaque face. Augmenter le feu et déglacer avec le jus de citron. Une fois le jus réduit, ajouter la crème et laisser réduire encore quelques minutes.
3. Faites blondir très légèrement les amandes dans une petite casserole contenant 20 g de beurre modérément chaud.
4. Juste avant de les servir déposer les filets dans un plat, les napper de la sauce préparée et des amandes, le tout accompagné de riz blanc.
