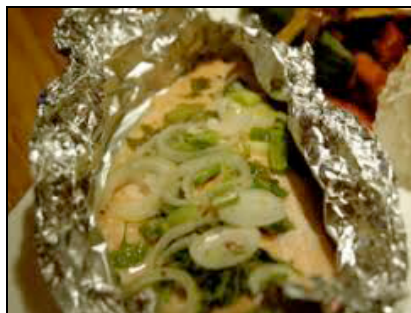


Filet de truite aux épices sauvages



4 filets de truites (ou saumon, doré, morue, flétan, sole, brochet, corégone, etc, ...)

huile d'olive

8 fines tranches de citrons

1 oignon coupé en rondelles

crème 35%

aiguilles d'épinettes moulues

chatons d'aulne moulus

livèche écossaise

feuilles de thé du Labrador

vin blanc

sel et poivre au goût

Déposez un filet de poisson sur une feuille d'aluminium et déposez dessus un filet d'huile d'olive, quelques rondelles d'oignons et de feuilles de thé du Labrador, 2 fine tranches de citrons, saupoudrez d'aiguilles d'épinette moulues, de chatons d'aulnes moulus avec modération, de livèche écossaise, d'un filet de crème et de vin blanc.

Salez et poivrez au goût, refermez bien la papillote et placez sur une plaque à cuisson au four à 350°F pendant 30 minutes.

Servez les papillotes dans les assiettes avec un riz basmati aux chanterelles en tube.

À déguster de préférence devant un coucher de soleil avec une vue sur la mer et en planifiant un prochain voyage de pêche avec vos amis!