

POISSON FRIT

Pour 4 personnes

Préparation : 1 heure

Marinade : 35 minutes

Cuisson : 15 minutes

*1 kg de poisson
3 c. à s. de farine
4 oignons blancs
1 poivron rouge
Huile
Vinaigre blanc*

Pour la marinade

*3 citrons
4 gousses d'ail
1 piment*

Pour la sauce

*2 citrons jaunes
1 piment
Sel et poivre*

Préparez la marinade en mélangeant le jus des 3 citrons, l'ail et le piment haché, du sel et du poivre. Nettoyez le poisson et faites-le mariner pendant 35 minutes.

Faites chauffer environ 4 cm d'huile dans une poêle. Passez le poisson dans la farine, faites-le frire sur les deux faces et disposez-le sur un plat long.

Émincez les oignons et le poivron. Dans un peu d'huile «neuve », faites-les rissoler pendant 5 min puis déglacez au vinaigre blanc. Recouvrez les poissons cuits et encore chauds de cette préparation.

Servez accompagné d'une sauce faite avec le jus des 2 citrons et le piment haché.