



Titre Alose à la Portugaise

Sert : Temp de préparation 20 mn .

INGREDIENTS:

1Kg . Poisson .

750 g . Tomates

125 g . Oignons .

125 g . Champignons .

1dl . Vin blanc .

80 g . Beurre .



Faire, dans le fond d'un plat, un lit avec la moitié des tomates coupées en quartiers . Saupoudrer d'oignons hachés , de persil. Y mettre le poisson. Recouvrir avec le reste des tomates coupées, le reste des oignons hachés les champignons coupés, le vin blanc, le beurre.

Mettre sur le feu et faire cuire 10 mn.

Puis mettre au four pendant 30 mn.

Un temps de cuisson est d'environ 40 mn, mais tout dépend. Du plat et du four, donc à surveiller dans les 30 mn