

Truite mouchetée à la moutarde de Meaux et au miel - ou comment j'ai fait face à ma peur des vers de terre!

30 MIN. ET MOINS - BBQ - POISSONS - RECETTES - REPAS



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN

TEMPS DE CUISSON : 10 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 4 truites
- 1 c. à soupe de moutarde de Meaux
- 1 c. à soupe de miel
- 1 c. à thé d'aneth frais
- 2-3 c. à soupe d'oignon en petits dés
- Quelques tranches de citron
- 2 tranches de bacon
- Sel et poivre

Préparation

1. Mélanger tous les ingrédients à l'exception du poisson, du citron et du bacon.
2. Ouvrir le poisson en deux et y déposer le quart du mélange de moutarde sur tout sa longueur.
3. Découper quatre carrés de papier d'aluminium. Y déposer la moitié d'une tranche de bacon au centre. Déposer la truite dessus avec une tranche de citron.
4. Bien envelopper le poisson et faire cuire à feu moyen 8-10 minutes sur le BBQ.
5. Déguster en relaxant sur le bord du feu et du lac. ☐