

Temps de cuisson :

Temps de préparation :

Degré de difficulté : Facile

Portion : 4 portions



Tacos mexicains au poisson

Ingrédients :

- 1/4 tasse de crème sûre
- 1 c. à soupe de piment chipotle coupé en petits dés (ou plus au goût)
- 1/2 c. à thé de poudre de chili
- 1/2 c. à thé de sel
- 1/2 c. à thé de poivre moulu
- 1 livre de poisson à chair blanche au choix (morue, tilapia, flétan) coupé en morceaux d'un pouce
- 8 tacos
- 1/2 tasse de chou rouge et vert coupé finement

Marche à suivre :

1. Vaporiser un peu d'huile ou de Pam sur une plaque à biscuit. Y mettre les morceaux de poisson. Saupoudrer des épices (chili, sel et poivre) puis ajouter un filet d'huile d'olive sur le poisson.
2. Mélanger la crème sûre avec le piment chipotle. Laisser reposer.
3. Mettre le four à broil et y passer le poisson à 5 pouces de l'élément pendant 5 minutes.
4. Servir avec la crème sûre et le chou.

Source : <https://cinqfourchettes.com/2013/09/sortir-des-sentiers-battus-souper.html>