

Cabillaud aux tomates et nectarines

Difficulté : Facile

Préparation : 20 min / Cuisson : 25 à 30 min

Ingrédients pour 2 personnes :

2 dos de cabillaud

3 belles tomates

3 nectarines

25 cl de crème liquide

1 cuil à soupe de moutarde

1 petit oignon

1 cuil à soupe d'huile d'olive

Sel & poivre

Préparation :

Préchauffez le four à 200°C (Th.6/7)

Découpez le cabillaud en morceaux et disposez les dans un plat allant au four avec les tomates et les nectarines coupées en cubes, l'oignon haché.

Salez, poivrez.

Mélangez la moutarde avec la crème et l'huile d'olive
puis recouvrez le poisson.

Enfournez pour 25 et 30 min à 200°C (Th.6/7)

Accompagnez de riz ou de pommes de terre à l'eau

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!