

Truite au four au jambon cru

Ingédients pour 2 personnes :

2 truites
4 tranches jambon cru
1 cuil à café d'ail semoule
1 trait de vin blanc
350 g de pommes de terre
1 oignon
Laurier
Huile d'olive extra-vierge
Sel & poivre

Préparation :

Videz ou faire vider les truites par votre poissonnier.
Rincez les et essuyez les correctement .
Réservez.

Préchauffez le four à 180°C (Th.6).

Epluchez les pommes de terre et coupez les en rondelles d'environ 3 mm d'épaisseur.
Épluchez l'oignon et l'émincer.
Mélangez les pommes de terre avec l'oignon, le laurier, salez & poivrez selon votre goût.
Ajoutez 2 cuil à soupe d'huile d'olive et bien mélanger.

Placez les pommes de terre dans un plat allant au four.
Enfournez à mi-hauteur pour 30 min.

Après 15 min de cuisson, mélangez délicatement pour que les rondelles
qui sont au fond ne brûlent pas.

Pendant que les pommes de terre cuisent, garnissez les truites.

Salez les légèrement et poivrez l'intérieur des truites.

Ajoutez quelques gouttes d'huile d'olive

Placez 2 tranches de jambon cru à l'intérieur de chaque truite
et refermez les sur elles-mêmes.

Après la demi-heure de cuisson des pommes de terre,
placez les truites farcies au jambon cru sur les pommes de terre.

Versez un filet d'huile d'olive.

Enfournez à mi-hauteur pendant 15 à 20 min.Dans un bol, écrasez l'ail
Délayer avec un peu de vin blanc.

Après 10 min de cuisson, répartissez cette pâte d'ail sur les poissons
et continuer la cuisson jusqu'à ce que les yeux des truites deviennent complètement opaques