

DARNES DE LOTTE AUX TOMATES CONFITES ET AUX HERBES

Pour 4 personnes :

- 4 darnes de lotte dépouillée (800g)
- 500g de tomates cerise
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet d'herbes hachées (Coriandre, persil, origan)
- 15cl de vin blanc sec
- 4 CS d'huile d'olive
- 1 CC de sucre en poudre
- Sel, poivre du moulin



Ébouillantez, pelez, coupez les tomates en deux et épépinez-les.

Chauffez 2CS d'huile à la poêle. Versez les tomates, l'ail dégermé et haché, 1CS d'herbes, sel, poivre et sucre.

Laissez confire sur le feu moyen, en retournant jusqu'à évaporation de l'eau et caramélisation.

Préchauffez le four sur th.6 (180°). Chauffez le vin, flambez-le.

Salez et poivrez les darnes de lotte, posez-les dans un plat bien huilé.

Parsemez des tomates et du restant d'herbes hachées et arrosez-les d'un filet d'huile.

Versez le vin dans le plat, puis enfournez pour 20mn en arrosant plusieurs fois les darnes avec leur jus. Servez sans attendre.

VIN : Coteaux du Languedoc blanc