

Lotte à l'Orange

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 queue de lotte
- 2 échalotes
- 2 oranges
- des tranches de ventrèche
- 15 cl de vin blanc sec (facultatif)
- 1 cuillère à café de curcuma
- du beurre
- sel
- poivre

Nettoyez la lotte, retirer le cartilage au centre et couper finement les tranches de ventrèche verticalement en les faisant se chevaucher puis entourer la lotte avec.

Hacher les échalotes et la faire fondre dans le beurre.

Lorsqu'elles sont tendre, ajouter le curcuma, remuer puis verser le jus des oranges et le vin blanc. Saler et poivrer.

Ajouter la lotte, couvrir et cuire 20 minutes.

En fin de cuisson, faire réduire le jus de cuisson pour obtenir une sauce qui nappe la lotte.