

LE GRONDIN AU VIN BLANC



lespoissonspepitesdenormandie.fr



LE GRONDIN AU VIN BLANC

Par Leprince & Compagnie



INGRÉDIENTS

12 petits grondins de 300 gr
(levés en filets)

Sel fin, poivre

3 carottes

1 oignon

75 cl de vin blanc sec

12 clous de girofle

4 branches de thym

5 feuilles de laurier

1 cuillère à café
de poivre concassé

30 cl de vinaigre blanc

1 citron

PRÉPARATION

- 1 Déposer les filets de grondins dans un plat, saler et poivrer. Les laisser en attente le temps de préparer la marinade
- 2 Pendant ce temps, éplucher les carottes et les couper en rondelles. Eplucher et émincer l'oignon.
- 3 Mettre dans une grande casserole le vin blanc, le poivre concassé, l'oignon émincé, les carottes en rondelles, les clous de girofle, le thym et le laurier. Porter à ébullition pendant environ 10 minutes. Ajouter le citron en fines rondelles et le vinaigre blanc. Porter à ébullition à nouveau pendant 5 minutes.
- 4 Egoutter et essuyer les grondins mis en attente. Les arroser de la totalité de la marinade chaude et laisser mariner 24 heures.



Retrouvez toutes nos idées recettes sur
lespoissonspepitesdenormandie.fr

