

MAQUEREAUX AU VIN BLANC

Ingrédients pour 6 personnes :

12 maquereaux de ligne (pas trop gros)
37,5 cl de vin blanc sec
25 cl de vinaigre de vin blanc
25 cl d'eau
4 branches de thym
2 feuilles de laurier
2 carottes moyennes
2 oignons moyens
QS de sel et poivre du moulin

Eplucher les carottes et l'oignon, et les couper en fines rondelles.

Dans une grande casserole faire une marinade en mélangeant le vin blanc, le vinaigre de vin blanc et l'eau. Ajouter le thym, le laurier, la carotte et l'oignon. Poivrer et saler selon votre goût. Porter le tout à ébullition et poursuivre la cuisson à feu doux pendant 15 minutes.

Pendant ce temps, préchauffer votre four à 210° (*thermostat 7*) et lever les filets de maquereaux. Les disposer côte à côte dans une terrine, côté peau sur le dessus. Les couvrir de 2 cm avec la marinade en prenant soin de bien répartir les feuilles de laurier, les rondelles de carottes et d'oignons. Cuire au four durant 12 minutes environ. Laisser refroidir à température ambiante et mettre ensuite au réfrigérateur pendant 3 heures au minimum.

Servir les filets de maquereaux avec un Touraine Sauvignon bien sec.