Truites aux champignons parfumés

Une recette de Lucullent! Testé (et mangé) pour vous...

Une recette de truites issue de la cuisine chinoise, aux notes citronnées et fumées, qui conviendra à tous.

Quantité: 4 personnes - Difficulté: Facile - Préparation: 20 min - Cuisson: 18 min - Durée: 1 h

Ingrédients

- 1 kg de truites portion
- 6 champignons parfumés déshydratées
- 200 g de lard fumé
- 3 oignons nouveaux
- 2 cm de gingembre frais
- 1/2 cuillère à café de sel

Assaisonnement

- 5 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de xérès
- 2 cuillères à café de sucre

Préparation

1. Faire tremper les champignons parfumés dans de l’eau tiède.
2. Vider et écailler les truites (4 à 6 selon leur taille). Les essuyer soigneusement.
3. Éplucher et hacher finement le gingembre, puis le mélanger avec le sel.
4. Frotter l’intérieur et l’extérieur des truites avec le sel au gingembre.
5. Disposer les truites dans une cocotte allant au four. Laisser reposer une demi-heure.
6. Faire chauffer le four à 180°.
7. Égoutter les champignons parfumés, les équeuter et les émincer finement.
8. Éplucher les oignons et les couper en filaments de 5 cm de longueur.
9. Tailler le lard fumé en fins bâtonnets.
10. Dans un bol, mélanger la sauce soja avec le vinaigre et le sucre.
11. Verser cet assaisonnement sur les truites. Répartir par dessus les oignons, le lard et les champignons.
12. Enfourner et laisser cuire 18 minutes ou plus selon la taille des truites.
13. Servir aussitôt.

Ingrédients originaux

- Gingembre frais
- Sauce soja
- Champignons parfumés