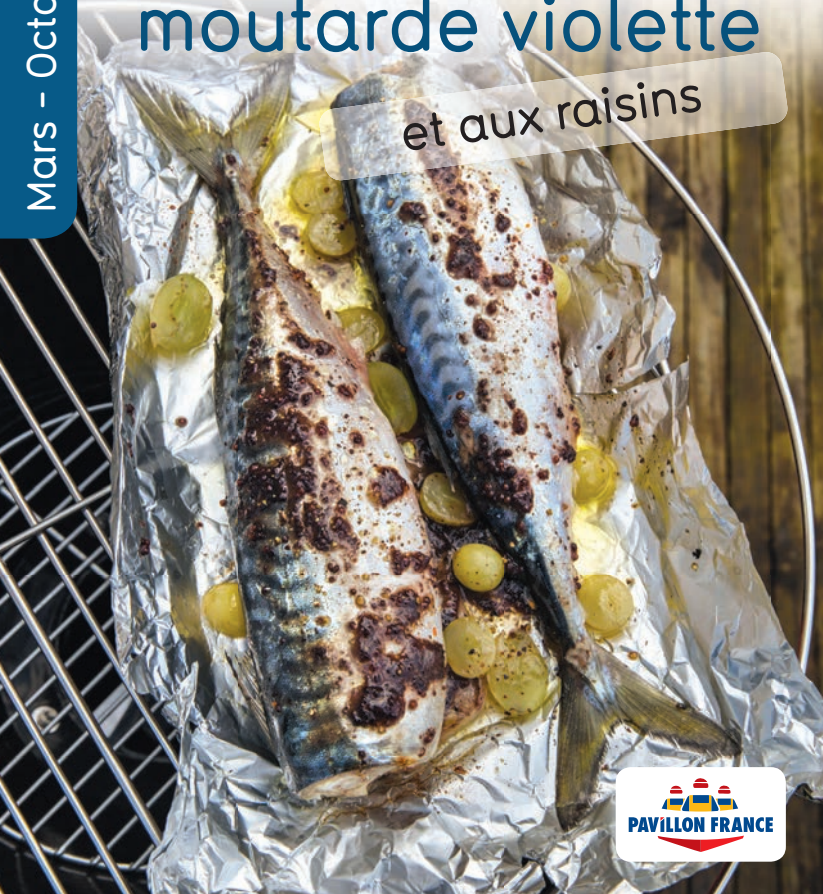


Mars - Octobre

Maquereaux à la moutarde violette

et aux raisins



Maquereaux à la moutarde violette



et aux raisins

- Préparez le barbecue. Lavez les raisins, égrainez-les et coupez-les en deux. Rincez bien l'intérieur des maquereaux et essuyez-les. Dans un bol, mélangez la moutarde avec le vin et l'huile.

- Déposez les maquereaux 2 par 2 tête-bêche sur 2 rectangles d'aluminium eux-mêmes déposés sur une planche.

- Salez et poivrez les maquereaux, badigeonnez-les avec le mélange du bol et parsemez les raisins sur le dessus. Recouvrez chaque paire de maquereaux avec une feuille d'aluminium et roulottez les quatre côtés pour former un paquet. Faites délicatement glisser les paquets sur le barbecue.

- Faites cuire 15 minutes environ (10 minutes pour des petits maquereaux).

*Moutarde au goût de raisin, en vente dans les épiceries fines.

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 15 minutes

Pour 4 personnes : 4 gros
maquereaux vidés

sans la tête,

1 grappe de raisin blanc

4 cuillères à soupe

d'huile d'olive,

15 cl de vin muscat

2 cuillères à soupe de

moutarde violette*,

ou à l'estragon

sel, poivre du moulin



Si vous utilisez
un barbecue traditionnel
au charbon de bois,
attendez que celui-ci
se couvre d'une pellicule
grise pour cuire le poisson.



PAVILLON FRANCE est la marque des produits de la pêche française : plus de 200 espèces de poissons, coquillages et crustacés qui varient au rythme des saisons. Du bateau à l'assiette, c'est simple de savourer les produits de la pêche française avec Pavillon France.



La marque des produits
de la pêche française

www.pavillonfrance.fr