

Endives braisées au maquereau



30 min



2 pers.

Ingédients

- 1 boîte de filets de maquereaux au vin blanc
- 4 endives
- 10 cl de crème légère
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre

Réalisée avec



Préparation

- Lavez 4 endives, retirez le cœur dur à la base et coupez-les en deux dans la longueur.
- Faites chauffer une poêle avec un filet d'huile d'olive et déposez les endives côté coupé vers le bas.
- Laissez-les colorer légèrement, puis salez, poivrez et couvrez.
- Laissez braiser à feu doux pendant 20 à 25 minutes, en les retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient bien fondantes.
- En fin de cuisson, ajoutez 10 cl de crème légère, mélangez délicatement et laissez réduire quelques minutes.
- Égouttez 1 boîte de filets de maquereaux au vin blanc Les Mouettes d'Arvor, puis émiettez-les grossièrement.
- Déposer les endives dans une assiette et disposez les morceaux de maquereaux sur le dessus.
- Servez bien chaud, accompagné de pommes de terre vapeur ou d'un bon pain.