

recette écomiam

JOUES DE LOTTE SAUCE CHORIZO



4 pers.



10 min



25 min

Ingrédients

Surgelés écomiam

- 300 g de joues de lotte décongelées
- 150 g de chorizo tranché surgelé
- 400 g de crème du cuisinier 30% MG décongelée
- 150 g d'oignons blancs surgelés
- 20 g d'ail surgelé

Épicerie / Marché

- 15 cl de cidre
- 3 càs d'huile d'olive

Préparation

- Dans un poêle, versez l'huile d'olive.
- Déposez les joues de lotte, cuire à feu doux 3 min par face.
- Réservez-les.
- Versez les oignons et le chorizo, faites-les saisir environ 4 min.
- Ajoutez l'ail, puis le cidre et laissez réduire 5 min.
- Ajoutez la crème du cuisinier et mélangez.
- Mixez la sauce et filtrez-la.
- Réchauffez doucement les joues dans la sauce.

Bon appétit !