

## Matelote de truite au vin gris de Toul

Type de recette: Plat Origine: Lorraine Meilleure saison: Juin à août et janvier



Difficulté  
1/5



Temps de préparation  
15 mn



coût  
1/5



Temps de cuisson  
15 mn

### Ingrédients pour 4 personnes:

4 truites  
6 pommes de terre à chair ferme  
1 gros oignon  
12 champignons de Paris  
3 échalotes  
50 cl de vin gris de Toul  
1 bouquet de persil  
25 cl de crème fraîche  
huile et 60 gr de beurre  
farine, sel et poivre



### La recette:

1- Nettoyer les truites. Les saler, les poivrer intérieurement et les fariner.

2- Peler et laver les pommes de terre, les tailler en petits morceaux. Eplucher les oignons et les échalotes et nettoyer les champignons. Faire revenir les pommes de terre avec les oignons et les échalotes émincés dans une poêle huilée. Au bout de 10 à 15 minutes, y ajouter les champignons. Laisser cuire une quinzaine de minutes en rajoutant un tiers du beurre (environ 20g).

3- Dans une seconde poêle, chauffer de l'huile avec un second tiers de beurre, y faire dorer les poissons sur feu vif de chaque côté et déglacer au vin de Toul. Laisser cuire à couvert 5 à 8 mn puis retirer les poissons et les maintenir sur un plat chaud.

4- Augmenter le feu de la poêle de cuisson du poisson et faire réduire la sauce aux deux tiers. L'additionner de crème, du 3ème tiers de beurre, rectifier l'assaisonnement.

5- Dresser les poissons sur des assiettes individuelles chaudes, les entourer de pommes de terre aux champignons et ajouter un filet de sauce. Parsemer de persil haché. Servir le reste de sauce en saucière.

### Les conseils du chef:

\* A défaut de vin gris, il est possible d'utiliser un bon vin rosé ou un blanc sec.

\* Site sur lequel vous pouvez commander du vin gris de Toul: <http://www.epicure-chez-les-lorrains.fr/vins-lorrains-cotes-de-toul-domaine-regina-gastronomie-lorraine.htm>

### Les conseils du sommelier:

Le vin utilisé pour réaliser le plat

Notes :-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----