

Croquettes de Cabillaud et petite sauce moutardée...

Une recette de tonnerre...

Délicieuse et Epatante...

Pour 6 personnes:

- 500g de dos de cabillaud
- 2 cs de coriandre fraîche
- le zeste d'1/2 citron
- 6 cs de chapelure
- huile d'olive
- sel et poivre



Pour la sauce: bien fouetter 2 yaourts bulgares avec 2 cs de moutarde à l'ancienne et 1 cs de jus de citron

Bien Mixer le poisson avec le zeste du citron et la moitié de chapelure. Saler Poivrer. Vous devez obtenir une pâte bien lisse. Réserver au frigo 1h



Façonner de jolies petites croquettes et les rouler dans la chapelure



Mettre à cuire 10mn dans une poele avec de l'huile d'olive bien chaude. Ne pas remuer avec une spatule.



Les croquettes au choucroute et la petite sauce moutarde.