

FILETS DE MERLAN SAUCE CREVETTE

Liste des courses

- 800 g de filets de merlan
- 100 g de petites crevettes roses décortiquées
- Beurre (70 g)
- 2 oignons paille
- Vin blanc sec type Sauvignon (12,5 cl)
- Fumet de poisson déshydraté
- Maïzena
- Lait demi-écrémé (25 cl)
- Concentré de tomate
- 1 citron non traité (Bio)
- Pluches de cerfeuil