

Max & VÉNUS

Supions à l'ail

Ingrédients pour 4 personnes

- 600 g de supions nettoyés
- 2 gousses d'ail
- 1 botte de persil frisé
- Quelques feuilles de persil plat pour la déco (facultatif)
- 50 g de chapelure
- Huile d'olive extra vierge
- 50 g de beurre
- Piment d'Espelette
- Sel
- Poivre
- 2 citrons jaunes

La préparation

1. Hachez finement les gousses d'ail ;
2. Faites fondre le beurre dans une poêle et ajoutez-y l'ail et les supions entiers. Saupoudrez de chapelure et assaisonnez de fleur de sel, de piment d'Espelette et de poivre ;

3. Terminez par un filet d'huile d'olive extra vierge et le persil haché ;
4. Dressez dans un grand plat avec des quartiers de citron et des feuilles de persil plat.

Bonne dégustation