ROULÉS POIREAU-CAROTTE AU MERLAN

Ingrédients :

- 2 carottes
- 2 poireaux
- 4 filets de merlan (de 150 g chacun)
- 20 g de beurre
- 25 cl de vin blanc
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- Fil de cuisine

Recette :

1. Laver puis peler les carottes. Les détailler en tagliatelles à l'économe (conserver les cœurs et les tailler en petits dés).
2. Fendre les poireaux en 2 dans la longueur et les laver. Ôter le vert des poireaux et le ciseler finement (réserver ces parures). Détacher les feuilles de poireau les unes des autres (pour obtenir des lanières).

Pour avoir la recette complète, rendez-vous sur :
http://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/en-cuisine/...

©Philippe DUFOUR / Interfel