

Tacauds à la Biarrotte

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 30 minutes

Pour 4 personnes

Facile - Pas cher

4 tacauds de 300 à 350 g
de la farine

1/2 verre d'huile d'olive

2 gousses d'ail (sans leur germe)

1 dizaine de brins de persil plat

1/2 verre de vin blanc sec

4 cornichons vinaigrés

1 jaune d'œuf

Poivre moulu

1 cuillère à café de vinaigre de

cidre

Matériel :

1 sauteuse ou 1 grande poêle non adhésive

1 plat de service rond et creux

1 cuiller en bois ; 1 petit fouet

1 bol ; 1 feuille de papier aluminium

Ecailler le poisson délicat en le frottant avec du papier absorbant.

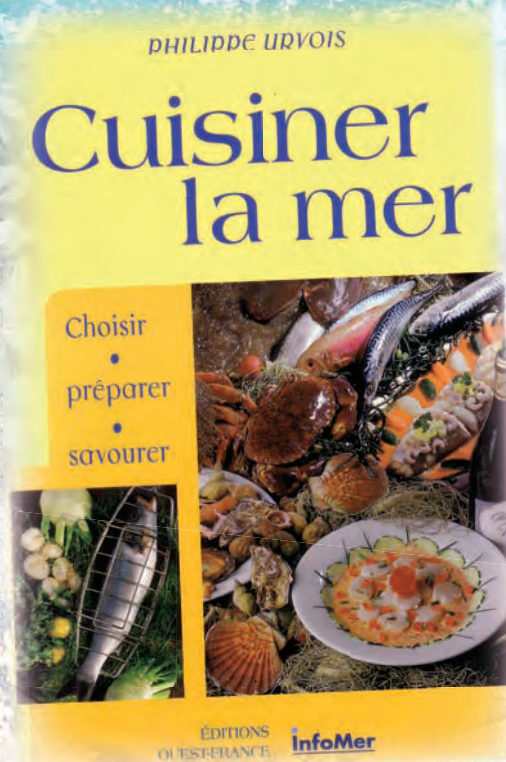
Parer, vider et étêter. Enlever la peau interne du ventre. Sécher et couper chaque poisson en trois tronçons égaux. Les fariner.

Les faire dorer dans la sauteuse avec l'huile d'olive bien chaude. Les réserver dans le plat couvert de la feuille d'aluminium. Placer le plat sur une grande casserole d'eau bouillante.

Saupoudrer le reste d'huile dans la sauteuse avec l'ail et le persil finement hâché. Chauffer doucement en remuant pendant 2 minutes environ. Mouiller avec le vin blanc. Bien mélanger. Ajouter les cornichons finement hâchés.

Dans le bol, mélanger le vinaigre de cidre et le jaune d'œuf avec le fouet. Mélanger progressivement cette « liaison » avec la sauce, hors du feu. Remettre à chauffer doucement et verser sur les tronçons de tacauds.

Recette extraite du livre de Philippe Urvois
« Cuisiner la mer »
paru aux Editions Ouest-France



Bulletin individuel d'adhésion FNPPSF

FÉDÉRATION NATIONALE DES PÊCHEURS PLAISANCIERS ET SPORTIFS DE FRANCE

Pour soutenir l'action de la FNPPSF, je choisis de devenir adhérent, deux formules me sont proposées :

**Vous pouvez demander la liste des associations de votre région au secrétariat de la Fédération.*

- 1** Je deviens membre d'une association affiliée FNPPSF de ma région*.
Tarif : prix de la cotisation associative (variable) + 5,50 € cotisation FNPPSF et 6,50 € abonnement *Pêche Plaisance*.
Règlement global à effectuer auprès de l'association concernée.
- 2** En l'absence d'association affiliée FNPPSF dans ma région, je choisis d'adhérer individuellement à la Fédération.
Cotisation FNPPSF tarif unique : 15 €
(paiement par chèque à : FNPPSF - BP n°14 - 29393 Quimperlé)
- 3** Abonnement *Pêche Plaisance* (4 numéros) : 12 € (+ 3 € frais de gestion)

Votre NOM..... Prénom.....

Adresse

Code postal Ville.....

FNPPSF
BP 14
29393 QUIMPERLÉ
Tél./Fax 02 98 35 02 81
fnppsf@wanadoo.fr