

Bar en croûte de sel

Pour 3 personnes

- 1 bar de 800g ébardé et vidé par les ouies mais non écaillé.
- 2kg de gros sel de mer.



Servir: Dégustez le nature, en cassant la croûte devant vos convives, avec un grand Meursault.

Variation

Vous pouvez mélanger le sel avec du varech ou de l'estragon.

- Préchauffez votre four à 240°C.
- Dans un plat étalez une couche de sel. Ajoutez le bar par-dessus, et recouvrez entièrement de sel.
- Enfournez pour 22 minutes. Et laissez reposer 10 minutes.

Conseils

Simplissime, utilisez un poisson d'une grande fraîcheur.