



# DAURADE AU THÉ ET RAISIN BLANC



**Temps de préparation**  
20 minutes



**Temps de cuisson**  
25 minutes



**Niveau de difficulté**  
★

## Ingrédients pour 6 personnes

6 filets de daurade avec la peau  
800g de raisin blanc  
2 cuillères à soupe d'huile  
de pépin de raisin  
2 petites cuillères à café  
de thé vert aromatisé ou non  
30g de beurre  
150g de crème fraîche épaisse  
Sel

**Préchauffer le four à 180°C, position chaleur tournante**

### Préparation de la recette

Couper une croix sur la peau des grains de raisin de haut en bas avec une petite lame.

Plonger les grains de raisin dans l'eau bouillante pendant 20 secondes.

Egoutter et passer sous l'eau froide. Peler les grains et réserver.

### Déroulement de la recette

Mettre les filets de daurade dans un grand plat allant au four coté peau au dessus. Arroser avec l'huile et saupoudrer avec 1 cuillère à café de thé. Enfourner 16 minutes.

Dans une poêle, faire fondre le beurre et ajouter les grains de raisin. Faire revenir à feu moyen 5 minutes tout en secouant la poêle. Enlever les grains de raisin et réserver au chaud.

Mettre la crème et le reste du thé dans la poêle, saler, et laisser sur feu doux 5 minutes.

Dresser vos assiettes et servir chaud avec du riz en accompagnement.



*La portion de daurade idéale est de 300 à 350g par personne, donc n'hésitez pas à prendre moins de filets si c'est de la daurade royale (qui est beaucoup plus grosse) et inversement !*



*Vous pouvez également réduire un peu le grammage si vous souhaitez proposer ce plat en entrée !*

*Un mélange équilibré et savoureux pour un plat succulent et facile à réaliser voire irrésistible !  
Définitivement, j'adore la daurade au thé !*