

LA TRUITE



Ingrédients:

Une truite arc-en-ciel

De l'huile

Du gros sel (sel de mer)

De la mayonnaise

Des épices

Du poivre.

Préparation:

Placez le four à 450 degrés F.

Dans une lèchefrite (recouverte d'aluminium) étendez du gros sel de mer; badigeonnez le sel d'huile et placez-y une bonne grosse truite (peau sur le sel).

Mettre les épices et badigeonnez de mayonnaise cette bonne chaire de poisson.

Faire cuire 10 à 15 minutes.