

## **Dos de cabillaud en cocotte lutée**

cabillaud 200g

tomates 2 pce

olives vertes 4 pce

olives noires 4 pce

anchois 2 pce

échalotes 1 pce

ail 1 demi

citron jaune 2 segments

huile d'olive

thym

vib blanc

câpre capucine 2 pce

Couper les tomates en quatre, les épépiner.

Dénoyauter les olives vertes et noires les couper en deux

L'échalote émincée, le citron jaune pelé à vif.

Déposer tous les ingrédients harmonieusement au fond de la cocotte puis le dos de cabillaud, le caresser à l'huile d'olive et au vin blanc luter la cocotte et cuire à 180° pdt 14 à 15mn