

DOS DE JULIENNE

(Déclinable avec du merlu & de la sébaste !)

AU AIRFRYER

TEMPS DE PRÉPARATION

Temps total:
17 min

Préparation :
5 min

Cuisson :
12 min

INGRÉDIENTS

- 1 barquette de dos de julienne (ou Merlu / Sébaste)
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 1 c. à c. de jus de citron
- Sel, poivre
- Paprika ou citron-herbes

ÉTAPES DE PRÉPARATION

- Préchauffer l'airfryer à 180°C.
- Badigeonner les dos de Julienne d'huile d'olive, ajouter sel, poivre et un peu de jus de citron.
- Assaisonner selon préférence (paprika, herbes citronnées...).
- Déposer les dos de Julienne dans le panier de l'airfryer.
- Cuire 10 à 12 minutes selon l'épaisseur, jusqu'à ce que le poisson soit nacré et se détache facilement.
- Servir avec un filet de citron, des légumes vapeur ou une petite salade.

