

Cabillaud bardé au lard et aux herbes fraîches

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Moyenne

Ingrédients

1 bouquet d'aneth (ciselé)
1 bouquet ciboulette (ciselée)
1 bouquet de persil plat (ciselé)
1 cuillère à soupe de baies de poivre rose (écrasées)
1 citron vert (zeste râpé)
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
4 de filet de cabillaud coupé
8 tranches de lard petit-déjeuner

Méthode de préparation

1. **Mélangez l’aneth, la ciboulette, le persil plat, les baies roses, le zeste de citron vert et l’huile d’olive. Séchez les filets de cabillaud et retournez-les dans ce mélange.**

2. **Ensuite, enveloppez chaque filet de deux tranches de lard que vous fixerez en y plantant un cure-dent si nécessaire.**

3. **Grillez-les au barbecue, 3 à 4 minutes de chaque côté.**