



Loup de mer grillé à la grecque



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Facile



Ingrédients

500 grammes loup de mer (en lanières)

huile d'olive

1 cuillère à soupe de thym

1 cuillère à soupe d'oregano

sel et poivre

2 citrons

2 oignons blancs

Méthode de préparation

- 1.** Mélangez les lanières de loup de mer avec un généreux filet d'huile d'olive, le thym, l'origan, un peu de sel et de poivre. Enfilez-les sur des brochettes et faites-les griller au barbecue, au four ou dans une poêle à griller. Pendant la cuisson, arrosez-les du jus d'un citron.
- 2.** Coupez les oignons en rondelles et mélangez-les avec le jus d'un citron. Laissez mariner pendant quelques minutes. Servez-les avec les brochettes.