

## Filets de poissons au Brugge Jeune

### Ingredienten:

4 filets de poisson ( p.e. du bar, du cabillaud ou du saumon)

4 tranches de fromage de Brugge Jeune

1 oignon, 4 petites tomates, du beurre

30 gr. de filets d'anchois à l'huile

du poivre, du sel, de la poudre de paprika, un citron

200 gr. de fromage râpé Vieux Bruges

12 petites pommes de terres du persil frais

### Préparation:

Asperger du citron et de la pelure de citron râpée sur les filets de poisson

Répandre les épices, l'oignon et le persil et laisser reposer 1h dans le frigo dans une casserole avec couvercle

Rouler le poisson dans les tranches de fromages de Brugge Jeune et mettez dans le four sur un plat beurré. Faire cuire 5 minutes à 200 °C dans un four préchauffé

Arranger les filets d'anchois sur le poisson ainsi que les tomates dénoyautées et le fromage Brugge Vieux

Remettre dans le four à 180 °C pendant 10 à 15 minutes

Chauffer à la vapeur les pommes de terre et asperger de persil

Disposer sur un plat préchauffé. Bonne appétit!

4 personen

Plat principal

2.5

---

**Source:** <https://www.bruggefromage.be/recettes/filets-de-poissons-au-brugge-jeune>