

## **DORÉ AU FOUR AU BEURRE À L'AIL ET CITRON**



4 filets de tilapia (moi doré)

Sel et poivre noir fraîchement moulu, au goût

1/2 c. à thé de paprika

1/2 c. à thé de thym séché

1/2 c. à thé d' origan séché

4 c. à soupe de beurre fondu

4 gousses d' ail, hachées

2 c. à soupe de jus de citron

1/4 c. à thé de zeste de citron

1 citron, coupé en rondelles, pour la garniture

Flocons de piment rouge, pour la garniture

Persil frais haché, pour la garniture

Tranches de citron, pour la garniture

-Préchauffer le four à 400°F. Assaisonner le tilapia avec du sel, du poivre, du paprika, du thym et de l'origan; disposer le poisson dans un plat allant au four 9x13.

-Dans un bol à mélanger, fouetter ensemble le beurre fondu, l'ail, le jus de citron et le zeste de citron; verser sur le tilapia.

-Cuire le tilapia de 10 à 12 minutes, ou jusqu'à ce que le poisson s'émiette et soit tendre à la fourchette.

Garnir de flocons de piment, de persil et de tranches de citron. Servir.

Publié par [Le coin recettes de Jos](#)