

## FILETS DE POISSON EN SAUCE ROUGE

### INGREDIENTS :

2 tomates épluchées  
1 poivron rouge épluché et coupé en lamelles  
1 oignon haché  
1 c à c de curcuma  
1 c à c de paprika  
1 cube de bouillon de légumes  
3 gousses d'ail  
1/4 de verre d'huile  
1/2 verre de vin blanc et 1/2 d'eau tiède  
persil



### PREPARATION :

Faire revenir l'oignon, la tomate et le poivron dans l'huile  
Laisser cuire  
Rajouter tous les autres ingrédients (sauf poisson)  
Bien mélanger  
Laisser cuire 5mn  
Mettre la moitié de préparation dans un plat qui va au four  
Disposer les filets de poisson  
Rajouter le reste de préparation  
Parsemer de persil  
Mettre au four chaud 180 ° 30mn environ



<http://katarinetta.canalblog.com/>