

## SOLE A LA SAUCE HOLLANDAISE



La sole est un poisson si délicat qu'une simple sauce suffit pour le relever. La recette de la **sole à la sauce hollandaise** saura séduire les palais délicats de toute la famille, même des enfants.

### LES INGRÉDIENTS DE LA RECETTE :

800 g de filet de sole 30 g de beurre 1 verre de lait 40 g de farine 3 jaunes d'oeufs 1 jus de citron 3/4 cuillères à soupe d'eau tiède 180 g de beurre Sel 1 casserole 1 bain-marie

### LES ÉTAPES DE LA RECETTE :

Préparer une sauce hollandaise et la maintenir au chaud dans un bain-marie Tremper les filets de sole dans le lait et les rouler dans la farine. Faire revenir les filets de sole à feu vif une dizaine de minute. Placer les soles dans un plat de service. Servir les filets de sole accompagné d'une sauce Hollandaise.

## DES PRODUITS 10 DOIGTS POUR LA CUISINE



Moule chocolats - 12 motifs

6,49 €

Réf : 01292



Emporte-pièces métal - Motifs au choix

à partir de

1,99 €



Manique de cuisine en coton blanc surpiqué

à partir de

1,59 €

à partir de

**2,69 €**



Tablier en coton avec poche

à partir de

**4,74 €**



Toques de chef en non-tissé blanc - Taille enfant

à partir de

**0,69 €**



Dessous de verre rond en bois

à partir de

**3,19 €**



Sac à tarte en coton

Retrouver mon matériel sur le site [10doigts.fr](https://10doigts.fr)