

La lotte.

Mode de cuisson: Chauffer le four: 240°

On la débarrasse de la peau, ou bien on la laisse entière, ou bien on sépare les 2 filets en suivant l'arête centrale.

Dans ce 2^{ème} cas, on place les 2 filets tête-bêche et on les ficelle comme un rôti de viande.

On sale légèrement (à peine la moitié de ce qui serait nécessaire).

On place le rôti ou la lotte entière dans une cocotte en fonte sans rien ajouter (ni eau, ni graisse...)

On ferme la cocotte et on la place dans le four chaud, au 1^{er} cran à partir de la base du four.

Temps de cuisson.