**Truite aux amandes**

**Truite  
amandes  
lait  
farine  
citron  
persil  
beurre  
huile d'olive  
poivre et sel**

Lavez la truite, mouillez-la avec du lait et roulez-la dans la farine fluide. Faites frire les truites pendant 8 minutes de chaque côté dans du beurre et de l'huile. Faites frire les amandes râpées dans une poêle à sec. Ajoutez le beurre et le persil haché et faites frire pendant deux minutes supplémentaires.

Placez une truite dans une assiette et déposez-y les amandes à la cuillère. Garnissez avec des quartiers de citron.

Dans cette version (photo), la truite est accompagnée d'une sauce béarnaise, de mousse de brocoli et de purée de fenouil.