

## FILETS DE BAR « SUR ASSIETTE »

---

*pour 4 pers.*

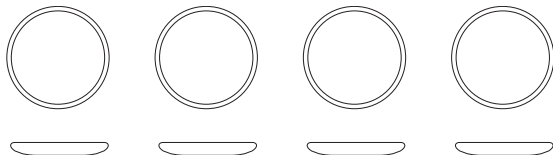
CUISINER AVEC LA POTERIE DE LA CHAMBA  
BY INDIGENA

*15 min*

- 4 filets de bar
- 6 tomates « San Marzano »
- 1 bouquet d'estragon
- huile d'olive
- sel, poivre

***Cuisez directement dans les assiettes de La Chamba. Du four à la table, avec saveur et élégance, vos assiettes garderont le plat au chaud !***

Préchauffer le four à 190°C. Huiler légèrement les quatre assiettes de La Chamba et y déposer les filets de bar. Tailler les tomates en petits cubes réguliers et recouvrir les bars de tomates. Parsemer une dizaine de feuilles d'estragon, sel, poivre et d'huile d'olive. Enfourner les assiettes de La Chamba et laisser cuire pendant 10 min. Servez les assiettes bien chaudes directement à table. Ce plat s'accompagne parfaitement d'un gratin dauphinois ou de pommes de terre grenaille et d'un Chablis frais !



Retrouvez d'autres recettes ainsi que nos produits sur [www.indigena.be](http://www.indigena.be)

**Matière:** 100% argile, ni plomb ni vernis. **Utilisation:** gaz, électricité, four, micro-ondes, sauf induction. **Entretien:** avant 1ère utilisation, remplir le récipient d'eau à moitié et le mettre 30 min au four à 200°C. Des variations de teintes peuvent apparaître au contact d'une source de chaleur excessive. Le lave-vaisselle est autorisé mais pas conseillé. Évitez les changements brusques de température et l'utilisation d'ustensiles trop tranchants.

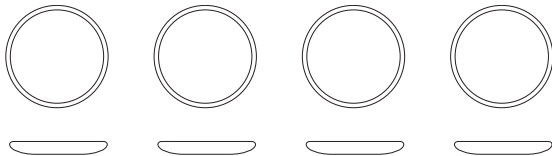
## SEA BASS FILLETS « ON PLATE »

*for 4 guests*COOKING WITH LA CHAMBA BLACK POTTERY  
BY INDIGENA*15 min*

- 4 sea bass fillets
- 6 « San Marzano » tomatoes
- 1 bunch of tarragon
- olive oil
- salt, pepper

*Cook directly on La Chamba plates elegantly from the oven to the table. Your plates will keep the dish warm !*

Preheat the oven to 190°C. Drizzle the oil on every La Chamba plate and place the sea bass fillets on top. Cut the tomatoes into small cubes and place on top until the fillet is covered. Top off with a dozen tarragon leaves, some salt, pepper and olive oil. Put the plates in the oven for 10 min and serve directly to the table. This dish pairs perfectly with either dauphinois gratin or grenaille potatoes and a fresh glass of Chablis !



To find out more about our products & other recipes, head over to [www.indigena.be](http://www.indigena.be)

**Material:** 100% natural clay, without paint or lead. **Usage:** Can be used to cook on gas, electricity, in the oven or in the microwave (with the exception of induction). **Maintenance:** Before using your pot for the first time, fill the bowl halfway with water and place it in the oven at 200°C for 30 min. Differences in colour can appear on the product due to contact with extreme heat. Use of dishwasher is allowed, but not recommended. Avoid strong & sudden changes in temperature and avoid using sharp utensils.

## ZEEBAARSFILET « OP BORD »

voor 4 gasten

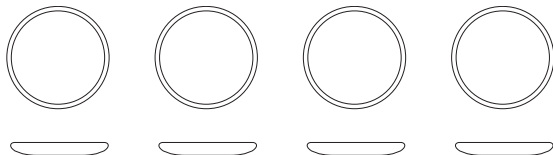
KOKEN MET ZWARTE POTTEN VAN LA CHAMBA  
BY INDIGENA

15 min

- 4 zeebaarsfilets
- 6 « San Marzano » tomaten
- 1 bosje dragon
- olijfolie
- zout, peper

*Kook direct op La Chamba-borden. Ze zijn elegant van de oven tot de tafel en uw borden houden het gerecht warm !*

Verwarm de oven op 190°C. Plaats een filet met een scheutje olie op de borden van La Chamba. Snijd de tomaten in kleine blokjes en plaats ze op de zeebaars. Afwerken met een handjevol dragonblaadjes, zout, peper en olijfolie. Plaats de borden in de oven gedurende 10 min en serveer vervolgens direct op tafel. Dit gerecht past perfect bij een dauphinoisgratin of grenaille aardappelen met een fris glas Chablis !



Ontdek meer over onze producten & recepten via [www.indigena.be](http://www.indigena.be)

**Materiaal:** 100% natuurlijke klei, zonder verf of lood. **Gebruik:** Kan gebruikt worden op gas en elektrisch vuur, in de oven en in de microgolf (behalve inductie). **Onderhoud:** Vóór het eerste gebruik, vul de pot of schaal tot de helft met water en verwarm gedurende 30 min op 200°C. Kleurverschillen kunnen ontstaan bij contact met een te sterke open vlam. Vaatwas is toegestaan, maar niet aangeraden. Vermijd blootstelling aan plote temperatuur verschillen en het gebruik van te scherp keukengerei.

