

Croustillant de rouget au Basilic

Ratatouille au citron confit

Servir les rougets avec de la ratatouille au citron confit et une cuillère à soupe de tapenade noire



Les consistants

3 gros filets de rouget
3 feuilles de pâte à filo
Tapenade d'olives noires

Le panier de légumes

1 courgette
1 aubergine
1 poivron jaune
1 poivron rouge
1 tomate
1 gousse d'ail
0.25 citron confit au sel
3 oignons nouveaux

Fines herbes, épices et condiments

6 feuilles de Basilic Grand Vert
Huile d'olive
Sel
Piment d'Espelette



C'est parti !

Préchauffer le four à 220 °C (th. 7).

Laver tous les légumes. Éplucher les oignons et les ciseler en petits dés. Éplucher et épépiner les poivrons. Éplucher et vider la tomate. Tailler ensuite séparément tous les légumes en brunoise régulière. Enlever la pulpe du citron confit et tailler l'écorce en petits dés.

Dans une poêle chaude, verser un filet d'huile d'olive et faire suer les oignons pendant 1 min avec une pincée de sel, la gousse d'ail.

Ajouter les poivrons et laisser cuire durant 3 min. Mettre une pincée de sel lors de chaque ajout de légumes.

Ajouter ensuite les aubergines et cuire pendant 3 min, puis incorporer les courgettes et cuire durant 1 min.

Ajouter enfin les dés de tomate et le citron confit, puis laisser mijoter pendant 3 à 4 min.

Rectifier l'assaisonnement et éteindre le feu.

Désarêter les filets de rouget et les couper en 3 dans le sens de la largeur pour obtenir 3 petits filets par personne. Assaisonner chaque filets de sel et de piment d'Espelette. Déposer ensuite 1 feuille de basilic par filet. Couper chaque feuille de pâte filo en 3, puis les enduire d'huile d'olive et en envelopper les filets de rouget.

Déposer les rouleaux sur une plaque recouverte d'un tapis en silicone et enfourner pendant 5 min environ. Les croustillants de rougets doivent être bien dorés.

