

Nos recettes : Viandes et poissons :

Duo de Saint-Pierre et Rouget Barbet aux épices et citron confit

Recette pour 4 personnes

Ingrédients :

- * 2 rougets barbets de 300g en filets
- * 1 Saint-Pierre de 800g en filets
- * 4 rondelles de citron confit
- * Epices mélangées (1 c. à café de : curcuma, curry de Madras, coriandre, gingembre, macis, badiane, fenouil graine)
- * 200g de petits pois frais
- * 4 tomates cerises
- * 200g de fèves
- * 16 asperges vertes
- * 12 pommes de terre Charlotte
- * 300g de champignons sauvages (mousserons, girolles...)
- * 4 feuilles de basilic
- * 1 gousse d'ail
- * Persil et bouquet garni (thym et laurier)
- * Huile d'olive vierge
- * Fleur de sel de Guérande Le Guérandais
- * Poivre du moulin

- Cuire séparément les légumes à l'eau bouillante puis les rafraîchir.
- Hacher les feuilles de basilic et les mélanger à un filet d'huile d'olive. - Préparer un ail persillé avec la gousse d'ail et le persil.
- Rissoler les pommes de terre dans une cocotte en fonte avec le bouquet garni et de l'huile d'olive.
- Faire sauter dans une poêle les champignons sauvages avec l'ail persillé, le basilic haché et de l'huile d'olive.
- Poser les filets de poissons sur une plaque allant au four, les assaisonner de fleur de sel de Guérande Le Guérandais et de poivre du moulin et les saupoudrer d'épices mélangées. Cuire sous le grill 2 minutes, porte du four ouverte, réserver.
- Disposer dans chaque assiette chaude un filet de rouget barbet, un filet de Saint-Pierre, les légumes et une rondelle de citron confit. Arroser d'un filet d'huile d'olive.

Un Bandol blanc se mariera très bien avec ce plat.

Recette extraite du livre « De salines en cuisines » réalisé conjointement par Les Salines de Guérande et Les Cuisineries Gourmandes