

Filets de Rouget aux Olives et Agrumes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- FILET(S) DE ROUGET	8 beaux
- ORANGE(S)	2 + 1
- OLIVE(S) NOIRE(S)	qq. (Nyons)
- ECHALOTE(S)	1
- CITRON(S) VERT(S)	Le zeste d'1
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Pressez une orange et ajoutez les zestes du citron.
- Faites-y mariner vos filets de poisson pendant 30 minutes.
- Pendant ce temps, pelez les 2 autres oranges à vif. Coupez-les en fins quartiers.
- Dénoyautez les olives, coupez-les en petits morceaux et ajoutez-les aux lamelles d'orange.
- Emincez l'échalote en très fines rondelles et ajoutez-les également au mélange oranges-olives. Réservez au frais.
- Faites chauffer la plancha et grillez les filets de rouget égouttés. Salez et poivrez.
- Déposez dans l'assiette une petite quantité de salade d'oranges aux olives.
- Surmontez le tout de 1 ou 2 filets de rouget par personne.

