

Rougets au basilic

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 20 minutes

Marinade : 1 heure

Ingrédients:

- 400 g de filet de rouget
- 2 oranges
- 1 citron
- 2 feuilles de laurier

Pour la sauce

- 15 cl d'huile d'olive
- Basilic
- 1 tomate
- 1 c à café de vinaigre de Xérès
- 1 échalote
- 12 olives noires
- Sel
- Poivre

Recette:

- Pressez les oranges et le citron. Versez le jus dans un plat creux, ajoutez-y le laurier coupé en morceaux. Laissez-y mariner les filets de rouget pendant 1 heure.
- D'autre part, mondez la tomate.
- Préparez alors la sauce : hachez l'échalote. Dans une assiette creuse, mélangez l'huile et le vinaigre de Xérès, sel, poivre, l'ail pressé et l'échalote. Faites-y macérer le basilic et la tomate mondée.
- Egouttez soigneusement les filets de rouget. Faites-les cuire dans une poêle bien chaude, ajoutez-y un peu de basilic.
- Nappez les assiettes d'un peu de sauce tomate, déposez-y les filets de poisson et entourez avec des olives noires. Parsemez de basilic et servez aussitôt.