

Recette du mois de Juin

Pavé de Truite de Mer, Caviar d'aubergines aux zestes d'agrumes et Huile de tapenade

Ingrédients:

- 4 pavés de truite de mer
- 1,5 kg d'aubergine
- 1 orange, 1 pamplemousse
- 200 g d'olives noires dénoyautées
- ½ l d'huile d'olive

Recette:

- 1 ~ Tailler les aubergines en deux dans la longueur et les quadriller. Les arroser d'huile d'olive, les assaisonner et les enfourner durant 35 min à 180°C.
- 2 ~ Une fois cuites, gratter la chair puis hacher finement. À part, zester l'orange et le pamplemousse. Mélanger les zestes d'agrumes et le caviar d'aubergine. Réserver.
- 3 ~ Hacher finement les olives et les mélanger à 20 cl d'huile d'olive puis assaisonner.
- 4 ~ Dans une poêle, faire griller les truites à l'unilatéral dans un trait d'huile d'olive. Finir 8 min au four à 106°C.
- 5 ~ Dans une assiette plate, déposer un cercle de 10 cm de diamètre, remplir-le avec le caviar puis déposer le poisson. Réaliser un cordon autour du poisson avec l'huile de tapenade.