



ROUGETS, POIREAUX ET VINAIGRETTE AUX FRUITS DE LA PASSION



Pour 4 personnes : 8 filets de rougets, 24 minis poireaux ou 12 jeunes poireaux, 1cs d'huile d'olive, sel de Guérande, 4 fruits de la passion, 7cs d'huile d'olive, 1cs rase de sucre en poudre, sel poivre, quelques pousses de poireaux pour la déco, facultatif .

La vinaigrette : coupez les fruits de la passion en deux et videz le contenu dans la saucière. Ajoutez l'huile d'olive le sucre le sel et le poivre. Mélangez soigneusement. Réservez.

Les poireaux : Lavez et parez les poireaux. Faites-les cuire 5 à 8 min selon leur taille à l'eau bouillante salée. Égouttez-les et réservez-les à température ambiante.

La cuisson des rougets : épilez puis salez les filets côté chair et faites les cuire à feu moyen à l'huile d'olive 3min côté peau et 30s côté chair.

Le dressage : Disposez 6 minis poireaux au centre de l'assiette, posez dessus le ou les filets de rouget, ajoutez 2cs de vinaigrette au fruits de la passion et terminez en ajoutant une pincée de sel sur les filets. Décorez éventuellement l'assiette avec quelques pousses de poireaux.