

Crostinis de tomates aux filets de rougets grillés



Préparation 20 mn

Cuisson 30 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

12 filets de rougets

6 belles tomates

1 poignée de roquette

120 g de tapenade

2 gousses d'ail

2 brins de thym frais

2 c à c de sucre

6 c à s d'huile d'olive

12 tranches de pain de campagne

Sel, fleur de sel, poivre

Badigeonner les filets de rouget de 3 c à c d'huile d'olive mélangée à 1 brin de thym effeuillé. Réserver 20 mn.

Peler et épépiner les tomates et les concasser. Les cuire avec 1 c à s d'huile d'olive, les gousses d'ail pelées et dégermées, le restant de thym effeuillé, du sel et le sucre (je n'en mets jamais). Remuer jusqu'à ce que l'eau rendue par les tomates soit évaporée et laisser confire quelques minutes.

Faire griller les filets de rougets dans une poêle antiadhésive 2 à 3 mn en les retournant à mi-cuisson. Assaisonner d'un peu de sel et de poivre.

Faire griller les tranches de pain de campagne sous le grill du four et les tartiner de tapenade noire puis de fondue de tomates. Déposer 1 filet de rouget, quelques gouttes d'huile d'olive, 1 pincée de fleur de sel et 2 ou 3 feuilles de roquette. Présenter les crostinis sans attendre.

Vin conseillé : un Tavel

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>