

Minute de rougets aux involtinis d'aubergines au brocciu

Préparation 30 mn

Cuisson 10 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

8 rougets de roche

2 aubergines

100 g de chair de crabe

300 g de bruccio

1 botte de ciboulette

1 bulbe de fenouil

3 tomates bien mûres

Quelques feuilles de roquette

Huile d'olive

Prélever les filets des rougets.

Eplucher le fenouil et l'émincer. Le faire cuire 15 mn dans 1 c à s d'huile d'olive avec les tomates pelées et coupées en morceaux, du sel et du poivre. Passer au travers d'une passoire fine en appuyant bien avec une cuillère en bois pour obtenir un coulis de tomate anisé.

Garder au chaud.

Couper chaque aubergine en 6 fines tranches dans le sens de la longueur et faire frire ces tranches dans de l'huile d'olive puis les égoutter sur du papier absorbant.

Mélanger le brocciu avec le crabe, la ciboulette ciselée, sel et poivre.

Mettre une cuillère de ce mélange sur une tranche d'aubergine et la rouler. faire de même avec les autres tranches et les faire tiédir.

Poêler rapidement les filets de rouget dans de l'huile d'olive, 1 mn de chaque côté, saler et poivrer.

Dans chaque assiette mettre 4 filets de rougets et 3 involtinis tièdes, entourer de coulis et décorer de feuilles de roquette.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>