

Effeillé de colin-lieu en tarte fine à l'huile d'olive vierge



Budget :



Ingrédients pour 10 Couverts

Réf.	Libellé	Quantité
25355	Plein filet de colin-lieu sans peau sans arêtes MSC 110 g 8 Beaufort	10 Pièce Unitaire
30433	Poêlée ratatouille enrobée PassionFroid	1,2 Kilo
20087	Echalote coupée 500 g PassionFroid	0,1 Kilo
54788	Fèves pelées	0,3 Kilo
20088	Basilic coupé 500 g PassionFroid	0,05 Kilo
	Sel	10 Gramme
	Poivre	10 Gramme
	Miel (facultatif)	0,2 Kilo
	Huile d'olive	0,1 Kilo
	Feuille de pâte à filo	10 Pièce Unitaire

Recette

1. Préparer le croustillant au four à chaleur sèche température stabilisée à 200°C. Détailler en forme de triangle avec la pâte à filo, les passer à l'huile d'olive avec un pinceau, puis réserver.
2. Réaliser la piperade en travaillant au couteau la poêlée ratatouille, ajouter les échalotes, le basilic et les fèves. Assaisonner et réserver.
3. Cuire le poisson au four avec ou sans décongélation, sans sel ni matière grasse, au four à haute température. Assaisonner et réserver.
4. Procéder au montage, déposer la piperade sur le croustillant, puis effeuiler le poisson sur le dessus dès sa sortie du four.