

Filets de daurade royale au gingembre, tomates et figues au citron confit

Préparation : 10 mn

Cuisson : 25 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 filets de daurade royale avec la peau

400 g de tomates bien mûres

400 g de figues fraîches

1 c à s de citron confit au sel en petits dés (sans la pulpe)

1 pincée de cannelle

2 pincées de macis en poudre

Huile d'olive

Fleur de sel et poivre du moulin

Ciboulette

50 g de gingembre très frais (25 g suffisent)

4 brins de thym citronné

Préparation des rosaces :

Laver les tomates et les figues, les éponger et les couper en tranches d'1 petit cm d'épaisseur. Les disposer dans un grand plat en verre à feu style plat à lasagnes (après avoir versé un filet d'huile dans le fond du plat) en les superposant et en les intercalant tout en formant une rosace. Ajouter les dés de citron confit, de la fleur de sel et du poivre. Cuire à four préchauffé à 190° pendant 15 mn. Saupoudrer de cannelle et de macis et laisser refroidir.

Finition de la recette au moment de servir :

Mettre les filets de daurade sur les rosaces, et cuire à four préchauffé à 190° pendant 10 mn en mettant en fin de cuisson sur le poisson le gingembre râpé et de la ciboulette ciselée.

Dresser les rosaces sur les assiettes, mettre les filets de daurade dessus et décorer avec le thym citronné, de la fleur de sel et des brins de ciboulette.

Comme je n'ai fait que 2 portions j'ai mis les filets de daurade à côté des rosaces pour pouvoir les retirer plus facilement avec une large spatule coudée. Si vous utilisez des pavés de poisson, comme le maigre préconisé à l'origine pour la recette, ce sera plus facile de les retirer avec le poisson posé dessus à vous de tester en fonction de ce que vous prendrez . Vous pouvez préparer et cuire les rosaces à l'avance et il ne reste que la cuisson avec le poisson à faire au dernier moment.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>