

ROUGET BARBET A LA SICILIENNE

Recette Italienne



Préparation : 10 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 45 min - **Matériel :** -

Ingrédients : 4 personnes

- ½ oignon coupé en 2 - ½ gousse d'ail dégermée - 800 g de tomates pelées - 600 g de filet de Rouget Barbet - 4 branches de thym - 4 branches d'origan frais - 12 câpres - 2 cuillère d'huile d'olive vierge extra
 - 40 g d'olives dénoyautées - Sel et poivre
-

1. Mettez l'oignon et l'ail dans la cuve et lancez le programme EXPERT 10 secondes/vitesse 13.
2. Rabattez puis ajoutez 1 cuillère d'eau, les tomates pelées puis lancez le programme EXPERT 12 minutes/vitesse 2A/120° C.
3. Installez le panier vapeur, enroulez les filets de rouget barbet et fermez-les avec un cure-dent puis répartissez-les au fond du panier vapeur et sur le plateau vapeur préalablement recouverts de papier sulfurisé. Parsemez avec le thym, l'origan et un peu de poivre du moulin. Lancez le programme EXPERT 15 minutes/vitesse 2A/100° C. Vérifiez la cuisson du poisson et prolongez éventuellement de quelques minutes. Retirez le panier vapeur et réservez au chaud.
4. Mixez la sauce en programme EXPERT 30 secondes/vitesse 16.
5. Ajoutez les câpres, l'huile d'olive et les olives, dans la sauce et relancez le programme EXPERT, 2 minutes/vitesse 1A/100° C. Disposez les filets de rougets sur un plat et recouvrez-les avec la sauce. Servez aussitôt.

