



Elvea, L'Italie chez vous

Cabillaud, sauce au pistou et courgette



Ingrédients pour 4 Personnes

4	filets de cabillaud
175 g de	Elvea Passata Soffritto
3 cuillères à soupe de	ELVEA Cubetti basilic frais
3 cuillères à soupe de	ELVEA Cubetti Ail
0,50	courgette jaune
0,50	courgette verte
0,50 dl de	vinaigre de xeres
2 cuillères à soupe de	olives noires
1 dl de	huile d'olive
10 feuilles de	basilic frais
1	blanc de poireau
1 poignée de	poignée de jets de poireau
	huile d'olive
	poivre
	sel

Préparation

- Laisser s'égoutter les dés de tomate jusqu'à ce que le jus ait disparu. Mélanger avec les feuilles de basilic ciselées et relever de vinaigre, poivre et sel. Chauffer l'huile d'olive juste sous le point d'ébullition et verser sur les tomates froides.
- Tailler le blanc de poireau en petits tronçons de 2 à 3 cm. Blanchir dans l'eau bouillante légèrement salée et rafraîchir dans l'eau glacée. Faire la même chose avec la courgette.
- Cuire le cabillaud côté peau, environ 10 mn (selon la grandeur) dans un four à 180°C. Ajouter le poireau en fin de cuisson pour le réchauffer.
- Mélanger la courgette et la passata et réchauffer.
- Mélanger les jets de poireau à l'huile d'olive froide et chauffer jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
- Dresser sur assiette. Mettre la courgette au milieu de l'assiette et poser le cabillaud dessus. Garnir de rosaces de sauce, poireau, olives, tomates et jets de poireau.

Made by Wout - Culinaire Ambiance

