



Elvea, L'Italie chez vous

Bar Napolitana



Ingrédients pour Personnes

| | |
|-----------------------|--|
| 500 g de | tomates cerises |
| 2 | échalotes |
| 1 gousse d' | ail |
| 1 boîte de | ELVEA Cubetti légumes frais |
| 1 cuillère à soupe de | vinaigre balsamique |
| | huile d'olive vierge extra Filippo Berio |
| | Basilic (frais ou séché) |
| | poivre |
| | sel |
| 4 | filets de bar |
| | Haricots verts ou autres légumes cuits |

Préparation

Préchauffez le four à 200°C.

Faites revenir les échalotes et l'ail dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive à feu doux et ajoutez les tomates cerises au bout de 5 minutes. Braiser encore 5 minutes, puis ajouter les Cubetti et assaisonner avec du poivre, du sel et du basilic. Laissez la sauce mijoter pendant 5 minutes supplémentaires.

Badigeonnez les filets de poisson avec de l'huile d'olive et assaisonnez-les avec du poivre, du sel de mer et quelques herbes séchées. Placez-les dans une plaque de cuisson ou un plat à four recouvert de papier sulfurisé.

Faites rôtir les filets pendant 10 minutes dans le four préchauffé.

Pendant ce temps, mélangez la sauce et terminez avec le vinaigre balsamique.

Versez 2 à 3 cuillères de sauce dans une assiette et disposez les haricots cuits dessus. Déposez les filets de poisson sur les haricots et servez.

Vous pouvez servir avec des pâtes ou des pommes de terre, ou avec une salade.

Buon Appetito !

Info recette: mustbeyummie

