

Rôti de poisson à la feta et tomates séchées

Préparation : 10 mn

Cuisson : 20 mn (30 mn)

Les ingrédients pour 5 à 6 personnes

1,2 kg de lieu noir ou autre poisson se tenant (julienne)

120 g de pousses d'épinards

200 g de feta (150 g suffisent à mon goût)

2 petits-suisse

2 jaunes d'œufs

60 g de tomates séchées

1 gousse d'ail hachée finement

5 branches de cerfeuil

5 branches de persil plat

Huile d'olive

Sel et poivre du moulin

Retirer la peau et l'arête centrale du morceau de poisson et le couper en 2 dans l'épaisseur (ou prendre 2 filets épais de poisson). Sécher le poisson. Hacher grossièrement les pousses d'épinards mais en garder quelques unes entières). Hacher les tomates séchées. Écraser la feta, ajouter les petits suisses, l'ail, les jaunes d'œufs, les herbes ciselées, les épinards hachés et les tomates. Poivrer et saler peu (la feta est salée).

Préchauffer le four à 180 ° (200 ° dans mon four), mettre un morceau de lieu dans un plat, ajouter la farce et courir du second morceau. Ficeler le rôti pour maintenir ensemble les 2 parties. Décorer de quelques feuilles d'épinards huilées et cuire 20 mn environ suivant l'épaisseur du rôti (30 mn dans mon cas).

Vin conseillé : un Bouzeron

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>