

FREGOLA AVEC SÉBASTE ET ANTIBIOSE




PRODUITS BRESC UTILISÉS



Bresc Tapenade
Kalamata d'olives noires
1000g

INGRÉDIENTS

10 

- 375 g de fregola
- 250 g de Chunky salsa tomato Bresc
- 10 filets de sébaste
- 250 ml d'huile d'olive
- 25 g de tapenade Kalamata d'olives noires Bresc
- 25 g de câpres
- cresson

MÉTHODE DE PRÉPARATION

Faire cuire la fregola. Mélanger l'huile d'olive avec la sauce salsa à la tomate et les câpres. Badigeonner légèrement la peau du sébaste à l'huile d'olive. Griller la peau croustillante avec un brûleur à gaz. Faire brièvement cuire les filets au four à 180 °C. Dresser la fregola sur une assiette et y déposer le sébaste. Badigeonner l'antibiose autour. Décorer de cresson et de quelques pointes de tapenade aux olives.