

## Rougets grillés à la tapenade

Préparation : 30 mn, cuisson : 6 mn.

Pour 4 personnes.

8 rougets moyens, 2 c à soupe d'huile d'olive, 12 olives noires et vertes, 3 brins de basilic, gros sel.  
Pour la tapenade : 250 g d'olives noires dénoyautées, 4 filets d'anchois en saumure, 3 c à soupe d'huile d'olive, 1 gousse d'ail, 2 c à soupe de câpres, 1 c à café de thym effeuillé, poivre.

Préparer la tapenade. Rincer et sécher les anchois. Les broyer avec les olives, la gousse d'ail pelée et dégermée, les câpres, l'huile d'olive, le thym et du poivre. La préparation ne doit pas être trop fine. Réserver au frais.

Vider les rougets sans les écailler, puis les éponger avec du papier absorbant. Glisser à l'intérieur quelques grains de gros sel.

Préparer un lit de braises dans le barbecue ou préchauffer le grill du four.

Badigeonner les rougets d'huile d'olive. Les ranger sur une grille huilée. Glisser la grille sous le grill ou la poser sur la braise. Laisser griller les poissons pendant 2 à 3 mn, puis les retourner avec deux spatules, les badigeonner à nouveau d'huile. Achever de les griller 3 mn.

Pour servir, les dresser sur des assiettes de service. Répartir la tapenade par cuillerées, tout autour. Décorer d'olives entières et de feuilles de basilic. Servir aussitôt.

Conseil pratique : pour griller les rougets, utiliser de préférence une grille double, qui permet de les retourner sans les briser.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.