

Poissons

Rôti de lotte au pesto



45 min 15 min 30 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISON

0

REPOS

403

CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour le poisson

800 g **Lotte(s)**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
2 tranche(s) **Jambon cru**

Ingrédients pour le pesto

1 botte(s) **Basilic**
50 g **Parmesan**
12 cl **Huile d'olive**
30 g **Pignons de pin**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation du pesto

- 1 Rincer, égoutter et effeuiller le basilic.
- 2 Éplucher la gousse d'ail.
- 3 Faire griller à sec les pignons de pin dans une poêle.
- 4 Mixer les pignons, l'ail et le parmesan. Ajouter l'huile d'olive en filet tout en continuant de mixer. Saler et poivrer puis réserver.

Étape 2

Préparation du poisson

- 1 Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).
- 2 Badigeonner une face des filets de lotte avec le pesto.
- 3 Recouvrir d'un deuxième filets de sorte que le pesto soit au milieu, puis entourer le rôti de lotte avec le jambon de parme et le ficeler.
- 4 Placer le rôti dans un plat, arroser d'un filet d'huile d'olive. Faire cuire au four pendant 30 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Sortir le rôti du four et le tailler en médaillons.
- 2 Disposer les médaillons dans des assiettes, décorer avec du basilic et servir.