

Truite aux mogettes à l'italienne

Pour deux personnes

1 ou deux filets de truite selon l'appétit et la taille des filets

120g de mogettes de Vendée

6 pétales de tomates confites

1 cuil à soupe de câpres

Huile d'olive, sel

Jus de citron

Romarin

Faites bouillir un grand volume d'eau, quand l'eau arrive à ébullition plongez-y les mogettes et faites les cuire à petit bouillon pendant 1 heure (rajoutez de l'eau bouillante en cour de cuisson si besoin).

Déposez les filets de truite dans un plat allant au four, aspergez-les avec un filet de jus de citron et quelques brins de romarin. Enfournez à 180°C pendant 15 à 20 minutes selon votre four.

Quand les mogettes sont cuites prélevez 1 louche d'eau de cuisson et versez-la dans une sauteuse, ajoutez les mogettes, les câpres, les tomates confites coupées en morceaux et un filet d'huile d'olive. Faites cuire le tout à feu moyen en remuant de temps en temps jusqu'à ce que le liquide se soit évaporé.

Servez les filets de truite accompagnés des mogettes et d'une petite poignée de roquette.