

Peix blanc amb Olives



Ingrédients pour 4 personnes:

2 Tomates, épépinées et coupées en dés.
1 Echalote française, hachée finement.
35 g (1/4 tasse) d'Olivada Empeltre noires *blai PERI*.
15 ml (1 cuil. à soupe) de câpres, hachées.
45 ml (3 cuil. à soupe) d'Huile d'Olive *Oliflix*.
675 g (1 1/2 lb) de filets de poisson blanc (églefin, sole).
Sauce Tabasco, au goût.

Préparation:

- Dans un bol, mélanger les tomates avec l'échalote, les olives, les câpres, 15 ml (1 cuil. à soupe) de l'huile et la sauce Tabasco.
- Saler et poivrer.
- Dans une grande poêle à feu moyen-élevé, dorer le poisson dans le reste de l'huile d'olive 2 à 3 minutes de chaque côté ou selon l'épaisseur du poisson, jusqu'à ce qu'il soit cuit.
- Servir le poisson avec la sauce et un légume vert.