

Broquetes de Peix Espasa amb Tomàquet .



Ingrédients pour 4 personnes:

600 gr d'Espadon.
600 gr de Tomates cerises de pleine terre.
200 gr de Kumquats.
des feuilles de Laurier.
1 Citron BIO.
2 gousses d'Ail.
1/2 botte de Persil.
6 cuil à soupe d'Huile d'Olive Extra Vierge *Oliflix*.
150 gr de Salade verte
Sel
Poivre du moulin.

Préparation:

- Laver et sécher le poisson, le couper en bouchées.
- Laver les tomates.
- Laver les kumquats et les couper en quartiers.
- Prélever les zestes de citron avec un zesteur et en presser le jus.
- Éplucher l'ail et le hacher finement.
- Laver le persil et le hacher finement.
- Placer en alternant le poisson, les tomates, les feuilles de laurier et les kumquats sur 8 brochettes.
- Mélanger dans un plat creux 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, le persil, les zestes de citron et l'ail.
- Y Mettre les brochettes à mariner pendant deux heures.
- Sortir les brochettes de la marinade, saler et poivrer.
- Les faire cuire sur une plancha pendant 3-4 minutes de chaque côté.
- Disposer les brochettes sur des assiettes et les arroser de quelques gouttes d'huile d'olive et de jus de citron.
- Vous pouvez également verser un peu de marinade.
- Servir ces brochettes avec une salade verte.