

Filets de rouget à l'huile d'olive, flan de ravioles et asperges

#unjourunerecette 39 - 27 avril 2020

Ingrédients (pour 4 personnes) :

<i>6 filets de rouget</i>	<i>200g de ravioles</i>
<i>Huile d'olive</i>	<i>8 asperges</i>
<i>Sel, poivre</i>	<i>20cl de crème</i>
	<i>2 œufs</i>
	<i>Sel, poivre</i>

Flan

Cuire les asperges dans l'eau bouillante.

Cuire les ravioles 1mn dans l'eau frémissante, puis les refroidir dans un grand volume d'eau et les égoutter.

Tailler les asperges et les disposer dans des ramequins préalablement beurrés.

Ajouter les ravioles.

Dans un saladier, mélanger les œufs, la crème, le sel et le poivre.

Verser cette préparation dans les ramequins.

Cuire au four 45mn à 120°.

Rouget

Saler, poivrer et huiler les filets de rouget, puis les cuire au four 6mn à 200°.

