



Figue Violette / Violet Fig



---

## Filet de rouget meunière à la figue violette

*Fillet of red mullet meunière  
with violet fig*

# Filet de rouget meunière à la figue violette

## *Fillet of red mullet meunière with violet fig*

### INGRÉDIENTS

Filet de rouget	3/400
Tomate Cœur de bœuf	1
Branches de serpolet	2
Beurre	20g
Purée de figue PONTIER	50g
Citron jaune	1
Huile d'olive	
Sel	
Poivre	

### PROGRESSION

Tailler la tomate en tranches de 2mm puis l'arroser d'huile d'olive et l'assaisonner de zestes de citron et de feuilles de serpolet. Laisser mariner pendant au moins 5 minutes. Égoutter ensuite les tranches de tomate puis les dresser en tian et réserver. Désarêter le filet de rouget, le saler puis le saisir à l'huile d'olive côté peau. Juste avant de le retourner, ajouter le beurre et une branche de serpolet. L'arroser pendant 10 secondes. Ajouter ensuite le jus du citron, puis la purée de figue PONTIER. Laisser la cuisson se terminer hors du feu en arrosant le filet. Rectifier l'assaisonnement du jus à la figue avec le poivre.

Passer les tomates à la salamandre pendant quelques secondes afin de les réchauffer. Dresser le filet de rouget, puis ajouter la sauce.

### LE CONSEIL EN PLUS

Ajouter de la purée de figue PONTIER dans la marinade de tomate.

### INGREDIENTS

Red mullet fillet	3/400
Beefsteak tomato	1
Sprigs wild thyme	2
Butter	20g
PONTIER fig puree	50g
Lemon	1
Olive oil	
Salt	
Pepper	

### INSTRUCTIONS

Cut the tomato in 2mm slices then pour on olive oil and season with lemon zest and wild thyme leaves. Leave to marinate for at least 5 minutes. Drain the tomato slices then layer them as a tian and put to one side.

Remove any bones from the red mullet fillet, season with salt then fry in olive oil skin side down. Just before turning the fish, add the butter and a sprig of wild thyme.

Baste in the pan for 10 seconds. Add lemon juice and then the PONTIER fig puree. Finish cooking off the heat by basting the fillets. Check the seasoning of the fig sauce, adding a little pepper.

Grill the tomatoes under the salamander for a few seconds to warm through. Arrange the red mullet fillet on the plate then add the sauce.

### EXTRA TIP

Add PONTIER fig puree to the tomato marinade.



**Figue Violette**  
**Violet Fig**

Origine  
France (Provence)