 **Rougets marinés au citron**

 **Pour 4 Croquants-Gourmands**

**- 16 filets de rougets  
- 2 échalotes   
- 2 gousses d'ail  
- 4 tomates  
- 1 citron  
- 1 bouquet de persil  
- quelques feuilles de basilic  
- huile d'olive  
- sel de Guérande aux algues  
- sel & poivre du moulin**

Peler les échalotes et l'ail et les émincer finement.  
Peler et épépiner les tomates et les couper en petits dés.  
Laver le citron et le couper en fines rondelles.Ciseler finement le persil et le basilic pour obtenir une cuillerée à soupe de chaque.  
Essuyer les filets avec un papier absorbant.  
Saler au sel de Guérande et poivrer les filets sur les deux faces.Faire chauffer un filet d'huile dans une grande poêle et y faire cuire les filets de poisson, deux minutes sur chaque face.  
Éponger les filets sur un papier absorbant puis les déposer sur un plat creux.Faire suer dans la même poêle (enlever un peu d'huile si nécessaire) les échalotes pendant quelques minutes.  
Ajouter alors l'ail et les dés de tomate, les rondelles de citron et les herbes.  
Assaisonner de sel et de poivre et faire cuire 5 minutes à feu moyen.  
Verser la préparation chaude sur les rougets et laisser refroidir.Mettre au réfrigérateur.  
Servir 4 filets par personne accompagnés de quelques feuilles de salade ou comme moi d'une [**ratatouille de légumes**](http://croquantfondantgourmand.com/ratatouille-a-ma-facon/) confits, mais faite cette fois avec des tomates fraîches.

J'ai sorti le plat un moment avant le repas de façon à ne pas le servir trop froid.