



Daurade marinée à l'huile de colza grillé . POUR 2 PERS.

1 DAURADE ROYALE / 1 FENOUIL / 1 CITRON / 1 CUILLERE A SOUPE DE SAUCE SOJA / 1 CUILLERE A SOUPE D'HUILE VIERGE DE COLZA GRILLE.

- Laver et écailler la daurade.
- Lever le filet de chaque côté et enlever les arêtes.
- Eponger un peu le poisson avec du papier essuie-tout.
- Laver et émincer le fenouil. Le mettre dans un saladier d'eau glacée pour le faire dégorger. L'égoutter.
- Concasser les tiges.
- Dans un bol, déposer les morceaux de daurade et le fenouil.
- Ajouter 1 cuillère à soupe d'**huile vierge de Colza grillé** et 1 cuillère à soupe de sauce soja. Mélanger.
- Ajouter le jus de citron et mélanger le tout.
- Laisser mariner 2 heures au réfrigérateur.

- Dresser sur une assiette. Ajouter quelques zestes de citron.