# Filets de brochet poêlés aux aromates

Préparation : 1 h
Cuisson : 20 mn
Pour 4 personnes

*400 g de brochet en filet*
*50 g de carottes*
*50 g de navets*
*50 g d'aubergines avec peau 50 g de courgettes avec peau 50 g de poivrons rouges*
*50 g de céleri*
*Zeste d'un demi-citron*
*Sel, poivre, safran en poudre,*
*Huile d'olive*

## L'AROMATE

Tailler les légumes en petits dés. Faire suer l'ensemble à l'huile d'olive à feu doux. Assaisonner de sel, poivre, safran.

Ajouter les zestes de citron préalablement blanchis. Cuire peu et réserver pour la suite.

## LE BROCHET

Assaisonner, cuire les filets de brochet et les dresser sur ce lit d'aromates.

Napper les filets de poisson d'une vinaigrette chaude composée de jus de citron, d'huile d'olive, sel et poivre.

## GARNITURE

Servir une garniture de légumes de saison.

Notre conseil : c'est un plat simple et léger pour menu d'été

***Ce mets s'accompagnera de préférence avec un Châteauneuf-du-Pape blanc, jeune (de l'année).***