

# Truite au four et légumes rôtis au basilic

## INGRÉDIENTS

- 2 poivrons de couleur, épépinés et coupés en cubes
- 1 oignon, émincé
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 340 g (3/4 lb) de choux de Bruxelles, parés et blanchis 7 minutes dans l'eau bouillante salée
- 2 filets de truite avec peau d'environ 340 g (3/4 lb) chacun
- 11 g (1/4 tasse) de basilic frais, ciselé
- 60 ml (1/4 tasse) de mayonnaise
- 30 ml (2 c. à soupe) d'eau
- Sel et poivre

## PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 210 °C (425 °F).
2. Sur une plaque de cuisson (sans papier ni tapis de silicone), mélanger les poivrons, l'oignon et l'huile. Cuire au four 15 minutes.
3. Couper les choux de Bruxelles en deux et les répartir sur la plaque de cuisson avec les poivrons. Déposer les filets de truite au centre des légumes. Saler et poivrer. Poursuivre la cuisson 10 minutes ou jusqu'à ce que le poisson se défasse en flocons à la fourchette. Saupoudrer de 2 c. à soupe de basilic frais.
4. Dans un bol, mélanger la mayonnaise, l'eau et le reste du basilic (2 c. à soupe). Servir avec la truite et les légumes.

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/6825-truite-au-four-et-legumes-rotis-au-basilic>