

## Terre d'Argence Blanc

Château Mourgues du Grès - IGP du Gard



Filets de Rougets rôtis à l'huile d'olive Picholine, fleur de sel

Recette du Spinaker au Grau du Roy

Viognier & Roussanne : parfums puissant de pêche, d'abricot, de lilas et d'acacia avec une matière ample et minérale en bouche

**Conserver** la peau de vos filets de rougets. **Préparer** une fine brunoise d'ail rose égermé avec de l'huile d'olive. Dans cette recette on n'utilisera que la peau verte de petites courgettes

**Tailler** avec une mandoline la peau en fines lanières façon spaghettis puis mélanger dans l'huile d'olive et la fleur de sel.

**Dresser** les filets de rougets sur un plat avec beaucoup d'huile d'olive et napper légèrement de brunoise d'ail. **Enfourner** à 200° pendant 4 min. **Poser** les spaghettis de courgettes au milieu de l'assiette. **Déposer** les sur le dessus les filets de rougets, en rosace. **Napper** de l'huile bouillante de cuisson. **Arroser** d'un filet de jus de citron, un peu de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et un peu de basilic frais ciselé.

Plus de recettes sur [www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)

## Terre d'Argence Blanc

Château Mourgues du Grès - IGP du Gard



Filets de Rougets rôtis à l'huile d'olive Picholine, fleur de sel

Recette du Spinaker au Grau du Roy

Viognier & Roussanne : parfums puissant de pêche, d'abricot, de lilas et d'acacia avec une matière ample et minérale en bouche

**Conserver** la peau de vos filets de rougets. **Préparer** une fine brunoise d'ail rose égermé avec de l'huile d'olive. Dans cette recette on n'utilisera que la peau verte de petites courgettes

**Tailler** avec une mandoline la peau en fines lanières façon spaghettis puis mélanger dans l'huile d'olive et la fleur de sel.

**Dresser** les filets de rougets sur un plat avec beaucoup d'huile d'olive et napper légèrement de brunoise d'ail. **Enfourner** à 200° pendant 4 min. **Poser** les spaghettis de courgettes au milieu de l'assiette. **Déposer** les sur le dessus les filets de rougets, en rosace. **Napper** de l'huile bouillante de cuisson. **Arroser** d'un filet de jus de citron, un peu de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et un peu de basilic frais ciselé.

Plus de recettes sur [www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)

## Terre d'Argence Blanc

Château Mourgues du Grès - IGP du Gard



Filets de Rougets rôtis à l'huile d'olive Picholine, fleur de sel

Recette du Spinaker au Grau du Roy

Viognier & Roussanne : parfums puissant de pêche, d'abricot, de lilas et d'acacia avec une matière ample et minérale en bouche

**Conserver** la peau de vos filets de rougets. **Préparer** une fine brunoise d'ail rose égermé avec de l'huile d'olive. Dans cette recette on n'utilisera que la peau verte de petites courgettes

**Tailler** avec une mandoline la peau en fines lanières façon spaghettis puis mélanger dans l'huile d'olive et la fleur de sel.

**Dresser** les filets de rougets sur un plat avec beaucoup d'huile d'olive et napper légèrement de brunoise d'ail. **Enfourner** à 200° pendant 4 min. **Poser** les spaghettis de courgettes au milieu de l'assiette. **Déposer** les sur le dessus les filets de rougets, en rosace. **Napper** de l'huile bouillante de cuisson. **Arroser** d'un filet de jus de citron, un peu de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et un peu de basilic frais ciselé.

Plus de recettes sur [www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)

## Terre d'Argence Blanc

Château Mourgues du Grès - IGP du Gard



Filets de Rougets rôtis à l'huile d'olive Picholine, fleur de sel

Recette du Spinaker au Grau du Roy

Viognier & Roussanne : parfums puissant de pêche, d'abricot, de lilas et d'acacia avec une matière ample et minérale en bouche

**Conserver** la peau de vos filets de rougets. **Préparer** une fine brunoise d'ail rose égermé avec de l'huile d'olive. Dans cette recette on n'utilisera que la peau verte de petites courgettes

**Tailler** avec une mandoline la peau en fines lanières façon spaghettis puis mélanger dans l'huile d'olive et la fleur de sel.

**Dresser** les filets de rougets sur un plat avec beaucoup d'huile d'olive et napper légèrement de brunoise d'ail. **Enfourner** à 200° pendant 4 min. **Poser** les spaghettis de courgettes au milieu de l'assiette. **Déposer** les sur le dessus les filets de rougets, en rosace. **Napper** de l'huile bouillante de cuisson. **Arroser** d'un filet de jus de citron, un peu de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et un peu de basilic frais ciselé.

Plus de recettes sur [www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)

## Terre d'Argence Blanc

Château Mourgues du Grès - IGP du Gard



Filets de Rougets rôtis à l'huile d'olive Picholine, fleur de sel

Recette du Spinaker au Grau du Roy

Viognier & Roussanne : parfums puissant de pêche, d'abricot, de lilas et d'acacia avec une matière ample et minérale en bouche

**Conserver** la peau de vos filets de rougets. **Préparer** une fine brunoise d'ail rose égermé avec de l'huile d'olive. Dans cette recette on n'utilisera que la peau verte de petites courgettes

**Tailler** avec une mandoline la peau en fines lanières façon spaghettis puis mélanger dans l'huile d'olive et la fleur de sel.

**Dresser** les filets de rougets sur un plat avec beaucoup d'huile d'olive et napper légèrement de brunoise d'ail. **Enfourner** à 200° pendant 4 min. **Poser** les spaghettis de courgettes au milieu de l'assiette. **Déposer** les sur le dessus les filets de rougets, en rosace. **Napper** de l'huile bouillante de cuisson. **Arroser** d'un filet de jus de citron, un peu de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et un peu de basilic frais ciselé.

Plus de recettes sur [www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)

## Terre d'Argence Blanc

Château Mourgues du Grès - IGP du Gard



Filets de Rougets rôtis à l'huile d'olive Picholine, fleur de sel

Recette du Spinaker au Grau du Roy

Viognier & Roussanne : parfums puissant de pêche, d'abricot, de lilas et d'acacia avec une matière ample et minérale en bouche

**Conserver** la peau de vos filets de rougets. **Préparer** une fine brunoise d'ail rose égermé avec de l'huile d'olive. Dans cette recette on n'utilisera que la peau verte de petites courgettes

**Tailler** avec une mandoline la peau en fines lanières façon spaghettis puis mélanger dans l'huile d'olive et la fleur de sel.

**Dresser** les filets de rougets sur un plat avec beaucoup d'huile d'olive et napper légèrement de brunoise d'ail. **Enfourner** à 200° pendant 4 min. **Poser** les spaghettis de courgettes au milieu de l'assiette. **Déposer** les sur le dessus les filets de rougets, en rosace. **Napper** de l'huile bouillante de cuisson. **Arroser** d'un filet de jus de citron, un peu de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et un peu de basilic frais ciselé.

Plus de recettes sur [www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)