**Bar en croûte de sel**

**2 kg de gros sel marin  
6 blancs d'œufs  
carottes  
poivrons pointus  
aubergines  
courgettes  
huile d'olive  
pulpe de tomate  
vinaigre balsamique**

**bar, complètement éviscéré  
persil frais  
fenouil  
ciboulette  
basilic  
fenouil  
moulin à poivre  
poudre d'ail  
persil séché**

Lavez soigneusement le poisson et séchez-le. Assaisonnez la cavité abdominale avec du poivre, du sel, du persil séché et de la poudre d'ail. Remplissez avec du fenouil coupé dans le sens de la longueur, des tiges de persil frais, de la ciboulette et des brins de basilic.

Mélangez les blancs d'œufs légèrement battus avec le sel et un peu d'eau pour former une pâte pétrissable.

Mettez la moitié de la pâte à sel dans un plat profond allant au four, puis le poisson et couvrez avec le reste de la pâte à sel. Pressez et égalisez la surface.

Faites cuire le poisson pendant 30 minutes à 200°C à l'air chaud, puis sous le grill pendant 10 minutes supplémentaires.

Pendant ce temps, préparez les légumes. Nettoyez et coupez les poivrons pointus, les carottes, les aubergines et les courgettes en morceaux de 5 cm de long. Vaporisez-les d'huile d'olive et faites-les cuire pendant 30 minutes à 180°C dans l'airfryer.

Préparez une sauce avec une boîte de pulpe de tomate, le reste du fenouil coupé en petits morceaux et un bon trait de vinaigre balsamique. Laissez mijoter pendant dix minutes à feu doux. Utilisez ensuite le mixeur manuel et ajoutez le basilic et le persil hachés.

**Avant de servir :** brisez la croûte de sel avec un maillet à viande et retirez-la. Retirez les poissons du plat et placez-les sur un plat de service. Retirez la peau du poisson et découpez en filets. Servez avec des légumes rôtis et une sauce tomate.