

Pot au feu de la mer au bouillon safrané



Pot au feu de la mer au bouillon safrané

Difficulté : Facile

Temps de préparation : 30 min

Pour 4 personnes

Ingédients

1 queue de lotte (de 12 kg env.)
500 g de bulots
6 cuil. à soupe de fumet de poisson déshydraté
4 petits poireaux
4 grosses carottes
8 petites pommes de terre à chair ferme
1 bouquet garni
4 tranches de pain de campagne
1 gousse d'ail
safran
sel

Préparation

Rincez les bulots, puis faites-les dégorger 15 min dans de l'eau froide bien salée. Egouttez, rincez à nouveau. Nettoyez les légumes et coupez-les en tronçons. Faites bouillir 1,5 l d'eau dans un faitout, ajoutez le fumet, le bouquet garni et 1 dosette de safran, mélangez et réglez le feu pour que le bouillon frémissse. Plongez les bulots dans le bouillon, et comptez 10 min. Ajoutez les pommes de terre et les carottes, comptez encore 10 min, puis mettez les poireaux. Au bout de 10 min, égouttez légumes et bulots, réservez-les. Plongez la lotte dans le bouillon, laissez mijoter 20 min. Remettez les légumes et les bulots dans le faitout pour les réchauffer 5 min. Frottez les tranches de pain avec l'ail, disposez-les dans un plat de service. Posez la lotte sur le plat, entourez de légumes et de bulots. Nappez de quelques louches de bouillon, et servez aussitôt. Le conseil de CVF : ce plat peut être accompagné d'une crème liquide bien froide, salée, poivrée et montée en chantilly.

Le bon accord vin

Saint Aubin 1er cru Les Frionnes 98

Notes personnelles