

Duo de lotte et saumon, un peu d'anis et un Thermomix

2 queues de lottes parées (sans la peau noire)

3 pavés de saumon recoupés en 2 ou 3 morceaux

1 poireau

2 carottes en rondelles

1 branche de céleri

Crevettes, moules (surgelées)

Garniture au choix : pommes de terre, riz, tagliatelles, choucroute

Le fumet (au Thermomix)

150 gr de vin blanc sec (dans le [Thermomix](#) on compte en grammes puisque la balance est intégrée dans l'appareil et dès qu'on ajoute un ingrédient dans le bol, la pesée se fait automatiquement)

400 gr de parures de poisson (têtes, arêtes, à demander à votre poissonnier sympa)

40 gr d'oignons

20 gr de blanc de poireau

Les tiges de persil

1 branche de céleri

1 branche de thym et thym citron

Laurier

Poivre

Faites tremper les parures de poissons qq minutes à l'eau froide

Mettez-les dans le bol avec tous les autres ingrédients, 450 gr d'eau et régler 10 mn /100°/ vit 1

A l'arrêt de la minuterie, filtrez le fumet et remettez le liquide dans le bol, remettez 5 mn /100° /vit 1

Si vous n'avez pas le temps de faire le fumet, utilisez du fumet tout prêt délayé avec de l'eau et du vin blanc, mais c'est certain que le fumet "fait maison" a une autre saveur.

Vous pouvez en faire une bonne quantité et le congeler

Cuisson vapeur :

Déposez les légumes (carottes, poireau, céleri) poissons dans le Varoma, avec un peu de sel (pas trop), du poivre en grains

Installez le varoma sur le bol et réglez 25 mn / Varoma / vit 1

A l'arrêt de la minuterie, déposez le poisson, les légumes dans un plat et gardez au chaud

Remettez le Varoma et déposez des crevettes roses et quelques moules

La vapeur dégagée par le fumet va suffire pour les réchauffer sans les recuire

La sauce

Prélevez 1/4 du bouillon de cuisson (fumet et jus de cuisson)

Dans une casserole, ajoutez 2 càs de **crème fraîche épaisse**, fouettez pour mélanger

Epaississez avec un **jaune d'oeuf** ou avec un peu de **féculé de pdt** délayée dans un peu d'eau

Ajoutez 2 càs soupe de **pastis** (apéritif)..**si vous n'aimez pas remplacez par du citron**

Dressage :

Dans chaque cocotte déposez les légumes (poireaux, carottes, céleri), puis les poissons et terminez par les crevettes et les moules

Versez un peu de sauce à l'anis

Servez rapidement avec des légumes ou des pâtes (genre tagliatelles)

Le Noël dernier j'avais refait cette recette, en la modifiant. J'ai privilégié uniquement le poireau que j'ai fait en "fondue" (poireaux émincés cuits lentement dans un peu de matière grasse - à découvert sinon ils prendront une vilaine couleur grise - et j'ai "monté" mes ingrédients dans une assiette creuse : poireaux, lotte, saumon, quelques St Jacques pour le côté festif. Même sauce, un régal !

