Pablo Galvez

Poissons

Caldillo de congrio (court-bouillon de poisson)

1h	30 min	30 min	0	145
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation du court-bouillon

1. Décortiquer les gambas puis les réserver dans un bol.
2. Débarrasser les carcasses dans une casserole puis couvrir à hauteur avec de l'eau. Porter à ébullition et laisser cuire pendant 20 minutes.
3. Eplucher l'oignon puis l'émincer à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver.
4. Couper le dos de colin en dés à l'aide d'un couteau de chef puis les débarrasser dans une assiette creuse.
5. Presser à la main la moitié du citron vert sur le poisson et ajouter l'origan préalablement ciselé à l'aide d'un couteau éminceur.
6. Remuer à l'aide d'une cuillère à soupe. Réserver.
7. Réserver le fumet de carcasses de gambas hors du feu.

Étape 2

Cuisson du court-bouillon

1. Faire chauffer l'huile dans une grande poêle.
2. Lorsqu'elle est bien chaude, ajouter l'oignon émincé et

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour le court-bouillon

- 600 g **Dos de colin**
- 100 g **Gambas**
- 40 ml **Jus de tomate**
- 120 g **Oignon(s)**
- 80 g **Citron(s) vert(s)**
- 1 **Origan frais**
- 60 ml **Huile de tournesol**
- 1 pincée(s) **Cumin (en poudre)**
- 1 pincée(s) **Paprika**
- 100 ml **Vin blanc**
- 100 ml **Crème liquide (fleurette)**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Ingrédient pour le dressage

- 1 **Coriandre**

remuer à l'aide d'une cuillère en bois.

3. Ajouter le jus de tomate quand l'oignon atteint une couleur dorée.
4. Assaisonner de sel et de poivre. Ajouter le cumin et le paprika puis mélanger.
5. Incorporer les gambas puis laisser cuire jusqu'à ce qu'elles atteignent une couleur rosée.
6. Verser le vin blanc puis laisser légèrement réduire.
7. Ajouter une petite louche de fumet de carcasses de crevettes et le filtrer au dessus de la préparation à l'aide d'un chinois.
8. Laisser réduire pendant 5 minutes. Au bout de 2 minutes, ajouter les dés de colin.
9. Verser ensuite la crème liquide puis remuer.
10. Laisser chauffer 1 à 2 minutes puis réserver pour le dressage.

Étape 3

Dressage

1. Verser le court-bouillon de colin et de gambas dans une assiette creuse à l'aide d'une louche.
2. Décorer de quelques feuilles de coriandre et servir sans attendre.