

*Fruits de mer*

Gombo de louisianne aux fruits de mer

**7h50**

TEMPS TOTAL

3h

PRÉPARATION

4h50

CUISSON

0

REPOS

781

CALORIES

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Couper les extrémités de l'oignon, le peler puis le découper grossièrement. Réserver dans un grand plat.
- 2 Couper les carottes en deux dans la longueur puis les découper en morceaux. Réserver avec l'oignon.
- 3 Couper le foin du fenouil. Garder le bulbe et le découper en morceaux. Réserver avec les autres légumes.
- 4 Faire de même avec les tiges de céleri. Réserver avec les autres légumes.
- 5 Couper une tête d'ail en deux, l'ajouter au légumes.
- 6 Couper l'extrémité du blanc de poireau puis le couper en deux dans la longueur. Laver l'intérieur sous l'eau pour retirer tout le sable. Puis les découper en morceaux et les ajouter aux légumes.
- 7 Ajouter la carcasse de poulet aux légumes. Puis verser de l'huile d'olive. Mettre le plat de légumes au four préchauffé à 210 °C (Th. 7) pendant 30 à 40 minutes.
- 8 Prendre le crabe et le plonger dans un grand faitout d'eau bouillante. Le laisser cuire pendant 5 à 6 minutes.
- 9 Décortiquer les gambas. Réserver les têtes et les queues pour le dressage. Réserver les carapaces dans un saladier.

Ingrédients
pour 4 personnes**Ingrédients pour les
fruits de mer****1 Crabe**
4 Langoustine(s)
4 Gambas**Ingrédients pour le fond
de volaille****2 litre(s) Eau**
1 Oignon(s)
1 Carotte(s)
1 Fenouil(s)
**1 branche(s) Céleri-
Branche**
1 Poireau
1 Gousse(s) d'ail
0.5 Carcasse de volaille
10 cl Huile d'olive
**50 g Concentré de
tomate**
1 c. à soupe Epice cajun
1 c. à soupe Ail en poudre
1 c. à café Poivre blanc
1 c. à soupe Paprika
1 c. à soupe Cumin (en

- 10 Inciser le dos des gambas et retirer le boyau noir. Puis les passer sous l'eau.
- 11 Plonger les langoustines dans une casserole d'eau bouillante pendant 1 à 2 minutes.
- 12 Racler et rincer les moules sous l'eau courante. Tirer sur la barbe pour la retirer.
- 13 Pour nettoyer les moules, prendre une moule et la frotter sur une autre.
- 14 Retirer les langoustines de l'eau bouillante. Puis enlever la carapace et les petites pattes, les réserver dans le saladier avec celles des gambas.
- 15 Inciser le dos comme pour les gambas et retirer l'intestin. Rincer sous l'eau froide.
- 16 Réserver les fruits de mer au réfrigérateur.
- 17 Retirer le couvercle de la marmite contenant le crabe puis vider doucement l'eau bouillante dans l'évier.
- 18 Rincer le crabe sous l'eau froide pour le nettoyer.
- 19 Retirer les pinces du crabe, les réserver de côté.
- 20 Retirer les pattes puis la queue. Couper l'extrémité des pinces d'un coup sec au niveau de la jointure. Réserver les pinces pour le dressage.
- 21 Planter la lame du couteau à l'arrière de la carapace. L'ouvrir puis retirer l'intérieur. Casser la carapace en morceaux, la réserver avec les autres carcasses. Jeter la cervelle.
- 22 Récupérer la chair qui reste dans l'intérieur du crabe, en veillant à bien retirer tous les petits morceaux de carapace. La réserver.
- 23 Verser de l'huile d'olive dans le saladier contenant les carcasses de gambas, de crabe et de langoustines.
- 24 Ouvrir le four et sortir le plat de légumes. Ajouter les carapaces et remettre au four à 300 °C (Th. 10) pendant 20 à 25 minutes.
- 25 Une fois les ingrédients colorés, ajouter le concentré de tomate. L'étaler et enfourner pendant encore 15 à 20 minutes.

poudre)

- 1 c. à café **Purée de piment**
- 1 c. à soupe **Old Bay**
- 1 c. à soupe **Sauce Worcestershire**
- 20 cl **Vin blanc**
- 1 c. à soupe **Thym**
- 2 feuille(s) **Laurier**

Ingrédients pour le gombo

- 60 g **Chorizo**
- 60 g **saucisse(s) fumée(s)**
- 4 **Gombo**
- 2 **Echalote(s)**
- 1 tige(s) **Céleri-Branche**
- 0.5 **Poivron(s)**
- 2 **Gousse(s) d'ail**

Ingrédients pour les moules et les Saint-Jacques

- 300 g **Moules**
- 4 **Noix de Saint-Jacques**
- 2 c. à soupe **Huile d'olive**
- 10 cl **Vin blanc**
- 1 **Sel de Maldon**

Ingrédients pour le roux et la finition

- 100 g **Pulpe de tomate**
- 1 **Tomate(s)**
- 5 cl **Huile d'olive**
- 50 g **Farine**
- 0.5 **Citron(s)**
- 1 botte(s) **Persil plat**

Étape 2

Préparation du bouillon de volaille

- 1 Eteindre le four et verser tous les ingrédients du plat dans une marmite. Mettre sur feu moyen. Mélanger et écraser les carcasses avec la cuillère en bois.
- 2 Ajouter le thym et le laurier
- 3 Puis ajouter le mélange mélange d'épices cajun, le poivre blanc, le paprika fumé, la poudre d'ail et le cumin. Mélanger.
- 4 Puis ajouter le piment chipotle et le mélange old bay. Mélanger.
- 5 Verser le vin blanc et augmenter sur feu vif. Une fois le vin blanc réduit, remplir d'eau froide à niveau. Remettre sur le feu et couvrir.
- 6 Une fois le liquide à ébullition, retirer le couvercle et

laisser mijoter pendant trois heures, en écumant de temps en temps.

- 7 Faire un mouvement circulaire dans la marmite avec la louche, puis prélever l'écume qui s'est répartie sur les côtés.
- 8 Au bout de trois heures, ajouter de la sauce Worcestershire.
- 9 Eteindre le feu et passer le fond de volaille dans un chinois posé sur une autre marmite.
- 10 Tapoter légèrement le chinois pour aider le liquide à couler.
- 11 Remettre le fond de volaille sur feu doux pendant environ 25 minutes.

Étape 3

Préparation du gumbo

- 1 Découper la saucisse fumée en tranches. Réserver.
- 2 Retirer la peau du chorizo, le découper en dés.
- 3 Mettre une sauteuse sur feu doux. Ajouter le chorizo et la saucisse fumée.
- 4 Couper les échalotes en deux. Retirer leur peau puis les ciseler finement.
- 5 Mélanger de temps en temps le chorizo pour vérifier sa cuisson.
- 6 Couper le céleri en fines bandes puis en petits dés.
- 7 Couper les côtés du poivron vert, puis en fines bandes et enfin en petits dés.
- 8 Couper les gombos en fines rondelles.
- 9 Ecraser les gousses d'ail avec le plat de la lame du couteau puis les hacher finement. Réserver avec les gombos.
- 10 Prendre quelques tiges de fenouil et les couper en dés. Les ajouter aux gombos.
- 11 Ajouter les légumes dans la sauteuse contenant la saucisse fumée. Mélanger.
- 12 Ajouter dans la sauteuse l'huile, puis la farine. Mélanger en grattant le fond de la sauteuse, pendant environ 10 minutes.
- 13 Quand le mélange prend une couleur caramel, ajouter le fond de volaille, louche après louche, tout en remuant.
- 14 S'il reste du fond de volaille, il est possible de le congeler pour une utilisation ultérieure.
- 15 Ajouter des tomates concassés.
- 16 Couper une tomate en tranches puis en dés. L'ajouter dans le gumbo.
- 17 Presser le jus du citron directement dans le gombo.
- 18 Puis ajouter les pinces de crabe, la chair de crabe, mélanger.
- 19 Hacher le persil plat à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver.
- 20 Faire chauffer une poêle sur feu vif avec de l'huile d'olive.
Assaisonner les noix de Saint Jacques de sel de Maldon

- 21 Assaisonner les noix de Saint-Jacques de sel de meron, les déposer dans la poêle.
- 22 Ajouter les gambas dans le gombo.
- 23 Vérifier la cuisson des Saint Jacques. Les retourner. Puis les ajouter dans le gombo.
- 24 Jeter l'huile résiduelle de la poêle, puis y ajouter les moules.
- 25 Verser le vin blanc dans la poêle et couvrir.
- 26 Au bout de quelques minutes, vérifier la cuisson des moules. Retirer de la poêle celles qui sont ouvertes et les réserver.
- 27 Il est préférable de jeter les moules qui restent fermées.
- 28 Verser dans le gombo le reste de réduction de moule au vin blanc. Ajouter les moules et les langoustines.

Étape 4

Dressage

- 1 Essuyer les bords du plat contenant la gombo.
- 2 A l'aide d'une cuillère, disposer joliment les pinces de crabe et les langoustines sur le gombo.
- 3 Parsemer de persil haché. Servir !