

Fruits de mer
Riz à la tumbada


1h25

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

25 min

CUISSON

0

REPOS

646

CALORIES

 Ingrédients
pour 10 personnes

**Ingrédients pour le riz
aux légumes**

 1.6 litre(s) **Fumet de poisson**

 600 g **Riz Arborio**

 20 cl **Vin blanc**

 1 **Poivron(s)**

 1 **Oignon(s)**

 8 cl **Huile d'olive**

 4 **Gousse(s) d'ail**

 3 c. à soupe **Encre de seiche**

 2 c. à soupe **Paprika**

 1 **Sel**

 1 **Poivre**
**Ingrédients pour les
fruits de mer**

 600 g **Calamar(s)**

 500 g **Crevettes roses**

 450 g **Moules**

 1 **Homard**

 230 g **Palourdes**

 400 g **Tomate(s) pelée(s)
en boîte**
Étape 1

Préparation des légumes

- 1 Couper le pédoncule du poivron rouge. Tailler un côté, puis passer le couteau à l'intérieur pour retirer les pépins.
- 2 Couper un morceau. Le mettre à plat côté peau, l'aplatir avec la main, puis passer le couteau sous les membranes blanches.
- 3 Couper ensuite le poivron en dés. Réserver.
- 4 Couper un oignon blanc en deux, retirer sa peau puis le ciseler. Réserver.
- 5 Ecraser les gousses d'ail avec le plat de la lame du couteau, puis le hacher grossièrement. Réserver.
- 6 Couper la racine des oignons verts, retirer les enveloppes extérieures. Emincer le blanc. Puis émincer finement en biais la partie vert clair en s'arrêtant aux tiges. Réserver.
- 7 Faire chauffer une casserole avec l'huile d'olive.
- 8 Une fois l'huile chaude, ajouter les oignons blancs, les poivrons rouges et l'ail. Mélanger.
- 9 Assaisonner de sel, de paprika et d'encre de seiche. Mélanger.

Ajouter le riz arborio, le faire revenir jusqu'à ce qu'il soit

10 Ajouter le riz arborio, le faire revenir jusqu'à ce qu'il soit translucide.

11 Verser le vin blanc. Continuer à mélanger. Verser alors un peu de fumet de poisson et laisser mijoter jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide. Ajouter alors à nouveau du fumet de poisson, sans cesser de mélanger.

12 Assaisonner de sel et de poivre. Verser le reste de fumet de poisson, baisser sur feu doux, couvrir et laisser reposer.

Étape 2

Préparation des fruits de mer

- 1 Découper le calamar en fines rondelles. Couper les plus grosses rondelles en deux.
- 2 Enlever les pattes et la carapace des grosses crevettes.
- 3 Enfoncer le couteau dans la tête du homard puis l'abaisser pour couper la tête en deux dans la longueur. Retourner ensuite le homard et couper la queue en deux.
- 4 Si c'est un homard femelle, nettoyer l'intérieur en retirant les oeufs.
- 5 Retirer les pinces avec les mains.
- 6 Décortiquer la queue de sa carapace.
- 7 La carapace peut être conservée au congélateur pour réaliser un fumet.
- 8 Verser la mayonnaise dans un saladier. Ajouter du poivre noir concassé et mélanger au fouet.
- 9 Mettre une poêle à paella à chauffer sur feu moyen. Ajouter de l'huile.
- 10 Dès que l'huile frémit, ajouter les oignons verts, les tomates en conserve, le vin blanc et le fumet de poisson.
- 11 Ajouter les palourdes, les moules et les pinces de homard. Couvrir et laisser mijoter.
- 12 Vérifier la cuisson du riz et celle des fruits de mer. Quand les moules sont ouvertes, ajouter le calamar, les crevettes et le reste du homard.
- 13 Ne consommer que des mollusques fermés qui s'ouvrent à la cuisson.

Étape 3

Dressage

- 1 Mettre tous les fruits de mer dans le riz et mélanger.
- 2 Reverser le tout dans la poêle à paella.
- 3 Déposer sur le dessus un peu de mayonnaise.

230 g **Oignon(s) vert(s)**
30 cl **Vin blanc**
10 cl **Fumet de poisson**
3 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédients pour le dressage

1 c. à soupe **Poivre Mignonette**
25 cl **Mayonnaise**