

Coquilles de poissons

Nombre de personnes : 4

Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients :

- 200g de cœur de cabillaud
- 200g de cœur de saumon
- 200g de filet de perche du Nil
- 150g de crevettes grises
- 25 à 30 grosses crevettes roses
- 200g de champignons de Paris
- 2 jaunes d'œufs
- 2 c. à soupe de farine
- Gruyère râpé
- Chapelure
- 150g de crème fraîche
- 2 échalotes
- Beurre
- 1 citron
- Muscade
- Thym
- 1 feuille de laurier
- Sel
- Poivre

Recette :

- Dans une casserole, mettez les 250 ml de vin avec 250ml d'eau. Ajoutez du thym, du sel du poivre et une feuille de laurier. Portez à ébullition.
- Lorsque le mélange eau-vin bouille, faites pocher successivement les poissons pendant 3 à 4 minutes.
- Lorsque vous les retirer du bouillon, placez-les sur une assiette et cassez-les en gros morceaux. Laissez-les bien égoutter.
- Lorsque les 3 poissons sont pochés, filtrez 150ml du bouillon et conservez le reste au cas où il en manquerait.
- Emincez les échalotes. Nettoyez et coupez les champignons en lamelles. Arrosez-les de citron.
- Dans la même casserole vidée du bouillon, faites fondre un peu de beurre. Jetez-y le champignons et laissez-les cuire. Salez et poivrez légèrement.
- Lorsque ceux-ci sont presque cuits, ajoutez les échalotes et laissez cuire encore 2 minutes.
- Ajoutez alors la farine et laissez blondir pendant 2 minutes en remuant continuellement.
- Versez ensuite la crème et le bouillon filtré. Laissez mijoter sur feu doux pendant 10 à 15 minutes. Salez, poivrez et muscadez. Remuez de temps en temps.
- Pendant ce temps, répartissez les poissons dans des coquilles de Saint-Jacques (ou des ramequins), parsemez de crevettes grise et ajoutez sur chaque portion quelques crevettes roses.
- Hors du feu, ajoutez les jaunes d'œufs ainsi que quelques gouttes de citron à la sauce. Mélangez bien.
- Répartissez la sauce sur chaque portion de poisson. Saupoudrez de gruyère râpé et de chapelure.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Placez-y les coquilles pendant 15 minutes pour servir brûlant et légèrement doré. Dégustez avec un morceau de pain français.