

Soupe de médaillons de lotte et fruits de mer

Ingrédients

<i>2 c. à soupe</i>	<i>Huile d'olive</i>
<i>600 g</i>	<i>Lotte, saumon ou poisson de votre choix coupé en médaillons</i> Poissonnerie Gidney
<i>2 gousses</i>	<i>Ail haché Légumes Jardin du Marché</i>
<i>2</i>	<i>Échalotes françaises hachées</i>
<i>500 ml</i>	<i>Vin blanc SAQ?</i>
<i>1 grosse pincée</i>	<i>Safran espagnol Vrac en folie</i>
<i>1 c. à soupe</i>	<i>Citronnelle finement râpée Jardin du Marché</i>
<i>½ sac</i>	<i>Moules Poissonnerie Gidney</i>
<i>12</i>	<i>Palourdes en coquille Poissonnerie Gidney</i>
<i>500 ml (2 bouteilles)</i>	<i>Jus de palourdes chaud Poissonnerie Gidney</i>
<i>300 g</i>	<i>Crevettes sans écaille Poissonnerie Gidney</i>
<i>2 c. à soupe</i>	<i>Coriandre fraîche hachée</i> <i>Pain baguette en quantité suffisante Pâtisserie Pagel</i> <i>Croûtons, fromage et rouille en quantité suffisante</i>

Méthode

- 1. Faire revenir dans l'huile les médaillons de lotte ou autre choix avec l'ail et l'échalote environ 3 minutes. Ajouter le vin blanc et laisser réduire légèrement.*
- 2. Ajouter le safran, la citronnelle et les moules, les palourdes, couvrir et faire ouvrir les moules environ 5 minutes.*
- 3. Ajouter le jus de palourdes, les crevettes, la coriandre et servir de suite avec la garniture croûtons, fromage et rouille.*

Note *Ajoutez, si vous le désirez, 250 ml de crèmeuse de soya Belsoy et pour faire une rouille simplifiée ajouter 1 c. à thé de purée de harissa avec une gousse d'ail pressé dans 5 c. à soupe de mayonnaise. Servir avec croûtons de pain baguette, fromage et rouille.*

Suggestion de vin

Settesoli Chardonnay, Italie (Code SAQ: +10669277)