

Marmite du pêcheur

Ingrédients (pour 3 personnes) :

- 300 g de poisson à chair tendre, type saumon, cabillaud (vous pouvez combiner plusieurs poissons)

- quelques moules, crevettes et morceaux d'encornets

- 2 carottes

- 2 grosses pommes de terre

- 1 oignon

- quelques feuilles de branche de céleri

- huile d'olive

- 1 verre de vin blanc

- 2 caïeux d'ail émincé

- 1 peu de safran

- sel et poivre

Préparation de la recette :

Eplucher les légumes, l'oignon et l'ail, les couper en petits dés ou en lanières.

Dans une marmite, mettre une cuillère à soupe d'huile, et faire revenir les légumes, l'oignon et l'ail pendant 10 min à feu doux. Remuer souvent.

Ajouter ensuite le verre de vin blanc, laisser évaporer 2 mn, puis ajouter de l'eau et le safran. Saler, poivrer.

Quand le mélange bout, baisser le feu. Laisser mijoter pendant 15 mn. Couper le(s) poisson(s) en gros cubes et ajouter à la marmite.

Mettre un couvercle et laisser mijoter à feu doux durant 5 à 10 mn. Ajouter les moules, les crevettes, les encornets et laisser encore mijoter 5 m. Mélanger doucement.

C'est prêt! Servez bien chaud, vous pouvez accompagner de pain grillé au four nappé d'huile d'olive, frotté à l'ail, salé et poivré.