

FUMET DE CRUSTACÉS

RECETTE POUR 1,5 LITRES

ÉLÉMENTS DE BASE

- Crustacés 1.5 kg.
- Grains de poivre noir 10 pièces
- Oignon 1 pièce
- Fenouil 1 pièce
- Tomates 6 pièces
- Vin blanc 20 cl.
- Fond blanc de volaille 2 l.
- Huile d'olive P.M.
- Beurre 200 g.



PROGRESSION

1. Préparation du fumet de crustacés

Concasser les crustacés. Éplucher et émincer les légumes.

Dans un grand rondau huilé, faire colorer vivement les crustacés pendant 8 minutes (cardinaliser). Ajouter la moitié du beurre. Colorer encore pendant 3 minutes à feu modéré. Les décanter.

Dans ce même rondau, ajouter un filet d'huile d'olive. Faire suer l'oignon, le fenouil et le poivre sans les colorer pendant 5 minutes et à couvert. Ajouter le reste du beurre. Laisser compoter pendant 5 minutes.

Déglacer avec le tiers du vin blanc. Réduire complètement. Répéter cette opération encore deux fois. Ajouter les tomates, les laisser compoter pendant 5 minutes à couvert.

Remettre les crustacés dans le rondau, bien les tasser avec une spatule.

Mouiller à hauteur avec le fond blanc. Cuire à frémissement pendant 20 minutes.

Laisser reposer 10 minutes dans le rondau, hors du feu.

Égoutter le tout dans une passoire pendant 10 minutes en pressant légèrement.

Filter le fumet. Refroidir rapidement en cellule.

Notes :
