

Bouillabaisse Marseillaise

Ingrédients :

- 25 ml d'huile d'olive (2 c. à soupe)
- 3 échalote tranchées
- 1 gousse d'ail émincée
- 1 bte (540 ml) de tomates aux épices
- 175 ml de bouillon de poulet
- 1 pomme de terre ,coupée en dés
- 5 ml de basilic (1 c. à thé)
- 1 ml d' aneth séché (1 /4 c. à thé)
- 250 g de filets de poisson ,coupés en morceaux
- 1 boîte (320g) de chair de homard surgelée décongelée, -500 g de moules nettoyées
- 250 g de crevettes cuites, fraîches ou congelées
- ustensiles
- une casserole
- une fourchette
- une cuillère à café
- un marmite



- Préparation Dans une casserole faites chauffer l'huile et faites sauter les échalotes 2 minutes. Ajoutez l'ail et faites sauter 1 minute. Ajoutez les tomates et écartez les avec une fourchette .Incorporez le bouillon de poulet, la pomme de terre ,le basilic et l' aneth. Portez à ébullition .Couvrez ,et laissez mijoter 15 minutes en remuant occasionnellement Ajoutez le poisson et les moules à la sauce .

Couvrez et laissez mijoter 5mn.

(Priscillia et Manon)

Aïoli

Temps de préparation :30mn

Ingrédients :4gousses d' ail , 1 jaune d' oeuf , 1/4litre d' huile d'olive ,1/2 citron ,sel ,poivre

Ustensiles :couteau ,brosse pilon .

Préparation :

Ecrasez l'ail dans le pilon. Ajouter un peu de sel , le jaune d' oeuf, 1/4 de huile en mince filet , tout en continuant de tourner avec le pilon . Si le mélange est trop épais , ajoutez de temps en temps Quelques gouttes de citron . Salez ,poivrez. Pour réussir l'aïoli , l' huile et l'oeuf doivent être à la même température. Servez cette mayonnaise en accompagnement d'un beau plateau chargé de victuailles avec au choix : du poisson blanc bouilli, des pommes de terre ou carottes cuites à l'eau, du fenouil....

(Rémi et Julien)

