

Velouté aux gambas et calamars



Préparation : 20 mn

Cuisson : 35 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

12 gambas crues décortiquées en gardant l'anneau de la queue

200 g de calamars nettoyés

2 poivrons rouges

1 oignon

100 g de ricotta (200 g pour avoir une belle consistance)

1 l de fumet de poissons

3 c à s d'huile d'olive

1 feuille de laurier + 4 pour la décoration

4 brins de thym

Sel et poivre du moulin

Rincer les poivrons, les essuyer, les couper en 2, les égrener et retirer les membranes blanches puis couper la chair en dés. Éplucher l'oignon et l'émincer grossièrement.

Faire revenir dans une casserole ou une cocotte l'oignon et les poivrons dans l'huile d'olive puis mouiller avec le fumet de poissons. Ajouter le thym, la feuille de laurier et cuire 20 mn à couvert.

Retirer ensuite thym et laurier et ajouter dans la cocotte la ricotta. Mixer finement puis passer ce mélange au travers d'une passoire fine. Verser aussitôt dans la casserole ou la cocotte. Inciser le dos des gambas pour retirer le boyau noir si c'est nécessaire ou tirer sur ce boyau ça fonctionne souvent bien aussi. Couper les corps des calamars en anneaux et ajouter dans la casserole gambas et calamars. Cuire 5 mn sur feu moyen. Servir garni d'une feuille de laurier.

Vin conseillé : Iroulégué rosé

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>