

Fumet de poisson

Recette pour 4 personnes

Description

Une base de la cuisine Française qui entre bien souvent dans la composition de beaucoup de recettes à base de poisson. Sauce, Risotto, Bouillon, Nage

L'astuce du chef

Vous pouvez congeler le fumet de poisson, suivant les utilisations que vous souhaitez faire.

Ici, remarquez que nous n'apportons pas d'assaisonnement en sel et poivre, c'est très important. L'apport de sel et poivre se fera lors de la finalisation d'une recette dans laquelle vous aurez utilisé le fumet de poisson.

Ingrédients

Fumet de poisson

- 1 Kg Arrêtes de poisson blanc
- 60 Gr Beurre
- 100 Gr Champignons de paris
- 1 Unité(s) Vert de poireau
- 1 Unité(s) Oignon
- 8 Queue Persil
- 1 Unité(s) Carotte
- 1 Branche(s) Thym
- 2 Gousse(s) Ail
- 4 Litre(s) Eau

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**

Mise en place

Dégorgez les arrêtes dans une eau froide durant 1 heure

Lavez et épluchez les légumes, les détailler grossièrement (Mirepoix).

Fumet de poisson

Dans une casserole à feu moyen avec du beurre, faites revenir les arrêtes de poisson, vous pouvez les concasser grossièrement, continuez la cuisson jusqu'à que la chair autour des arrêtes se détache.

Ajoutez les légumes, laissez suer tout en remuant de temps en temps. N'apportez pas de coloration dans toutes les étapes précédentes.

Ajoutez l'eau (Mouiller), laissez cuire sur une petite ébullition durant 20 à 30 minutes.

Passez dans un chinois étamine (très fin), réservez au frigo

Bon appétit!