

RECETTE CUISINE des GONES

SAUCE NANTUA

Ingrédients :

- 50 gr de beurre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 16 têtes et carapaces d'écrevisses ou de langoustines
- 150 gr de carottes
- 4 gousses d'ail
- 1 échalote
- 1 oignon
- 5 cl de cognac
- 1 verre de vin blanc
- 50 cl de fumet de poisson
- 1 bouquet garni
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 1 pointe de piment de Cayenne
- 40 gr de farine
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- Sel, poivre du moulin

Recette:

- Laver les écrevisses ou les langoustines, les décortiquer, réserver la chair des queues et déposer les têtes et carapaces d'écrevisses ou de langoustines dans une petite cocotte.
- Faire fondre 10 gr de beurre avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive.
- Ajouter les morceaux de carotte, l'oignon, l'échalote émincés et les gousses d'ail écrasées.
- Lorsque le tout est chaud, flamber avec le cognac puis ajouter le vin blanc, le fumet de poisson et le bouquet garni.
- Ajouter le concentré de tomate, puis le piment et laisser mijoter pendant 10 minutes.
- Retirer les têtes et carapaces d'écrevisses ou de langoustines, les concasser à l'aide d'un grand couteau, les écraser et les remettre dans la sauce.
- Mélanger.
- Laisser mijoter tout en remuant pendant 5 minutes puis passer au chinois.
- Préparer un beurre manié en mélangeant 40 gr de beurre fondu et la farine.
- Ajouter petit à petit la sauce au beurre manié pour la lier, puis 1 cuillère à soupe de crème fraîche.
- Saler et poivrer.
- en accompagnement d'un poisson ou de quenelles.

Bon Appétit