

LE BROUET DE MARIE



lespoissonspepitesdenormandie.fr



LE BROUET DE MARIE

Par Leprince & Compagnie



INGRÉDIENTS

2 carottes
2 oignons
1 branche de céleri
5 cl d'huile d'olive
6 gousses d'ail
1 bouquet garni
la tête du congre
la queue coupée en morceaux
1 L de cidre brut
1 c à soupe de concentré de tomate
1 orange
Sel, poivre
Curry en poudre
Crème Normande
Croûtons

PRÉPARATION

- 1 Dans une marmite qui pourra se glisser au four, faire revenir dans l'huile chaude, les carottes, les oignons, le céleri coupés en morceaux, y ajoutez l'ail en chemise et le bouquet garni puis les morceaux de congre (la queue et la tête mis de côté sur le congre de 3,5 kg). Laisser cuire 10 mn en remuant fréquemment. Ajouter le cidre, le concentré de tomate, le jus de l'orange avec les zestes de cette même orange. Saler - poivrez. Glisser au four préalablement chauffé à 160° et laisser cuire 30 mn.
- 2 Sortir le plat du four à l'aide d'un torchon. Mouiller avec 3 L d'eau et remettre à cuire dans le four 45 mn à découvert. Au bout de 45 mn passer au mixeur ou au moulin à purée - après avoir retiré toutes les grosses arrêtes - Rectifier l'assaisonnement, ajouter une pointe de curry et bien remuer le tout.

Dressage - Servir le brouet dans un bol.

L'accompagner d'une bonne crème Normande et de quelques croûtons dorés au four.



Retrouvez toutes nos idées recettes sur
lespoissonsdepitesdenormandie.fr

