

SAINT-VALENTIN / PLAT

CASSEROLE DE LA MER AU SAFRAN

Ingredients (pour 2 amoureux)

- 1 petite carotte
- 1/2 branche de céleri
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- Persil
- Citron
- 5 cl de Vermouth
- 5 cl de crème légère
- 1 sachet de safran
- 50 cl de bouillon de fumet de poissons sans graisse
- 50 g de crevettes
- 50 g de coquilles Saint-Jacques
- 100 g de filet de cabillaud
- 100 g de moules
- 100 g de palourdes

Preparation:

Couper tous les légumes en fine julienne

Dans une grande casserole, porter le bouillon à ébullition et y ajouter les légumes

Baisser le feu afin que le mélange bouillon/légumes frémisses

Ajouter le Vermouth et le safran

Ajouter les poissons (mettre les coquilles Saint-Jacques en dernier), saler et poivrer

Baisser le feu et laisser mijoter environ 6 minutes

Avant de servir, ajouter la crème et le persil

Servir, poivrer et décorer avec des quartiers de citron.

