

Ragout de poisson et sa soupe à l'ail



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 couvert

Référence	Ingrédients	Quantité
133273	Dos de loup de mer sans peau sans arêtes 140/160 g	5 Pièce
209981	Anneau d'encornet MSC 1 kg	100 Gramme
277566	Soupe de poisson 1 kg	100 Gramme
3490	Riz blanc long grain 2,5 kg	100 Gramme
60474	Sauce napolitaine cuisinée 1 kg Zini	500 Gramme
20086	Ail coupé 500 g PassionFroid	50 Gramme
269274	Cube de saumon sauvage du Pacifique sans arêtes MSC 25 g	250 Gramme
	Ecrevisses	50 Gramme
	Tomates cerise	100 Gramme

Etapas de préparation

- 1 Préparer la suite culinaire : mettre dans un rondo la soupe de poisson avec la sauce napolitaine et l'ail. Faire réduire 10 min et rectifier l'assaisonnement.
- 2 Marquer les poissons au four dans plaque gastro sans décongélation à 250°C pendant 4 min.
- 3 Sortir après cuisson la plaque gastro, ajouter la sauce, l'ail, rectifier l'assaisonnement puis finir la cuisson au four à 110°C à couvert.
- 4 Marquer à la plancha les anneaux d'encornet avec un filet d'huile d'olive et les ajouter dans la plaque gastro en fin de cuisson.
- 5 Accompagner le tout de riz.