

Fumet de poissons pour environ 1 litre

Ingrédients :

- 500 g d'arêtes de poissons **BLANCS** tel que la limande, le colin, le merlan..
(Se commande chez le poissonnier en précisant que c'est pour réaliser un fumet de poissons afin qu'il ne mette pas les yeux et les ouïes)
- 30 cl de vin blanc
- 50gr de carottes
- 80 gr d'oignons
- 30 gr d'échalotes
- 1 poireau
- 50 g de beurre
- Thym, laurier

Pratique :

- Eplucher, laver et émincer carottes, poireau, oignons, et échalotes.
- Mettre le beurre à fondre dans une casserole et y faire suer la garniture aromatique, sans coloration pendant 3 mn.
- Ajoutez les arêtes concassées et faire suer 4 à 5 mn en remuant souvent.
- Déglacer avec le vin blanc et mouiller à hauteur avec de l'eau et bien mélanger le tout.
- Faire bouillir, écumer fréquemment. Baisser ensuite le feu et laisser frémir 25 mn. **NE PAS SALER** car on a récupère le jus des moules. Moules que l'on aura mis dans la recette des cassolettes de poissons et de fruits de mer.
- Passer au chinois les arêtes et à l'aide d'une louche bien appuyer sur les arêtes, afin d'en extraire tout le jus et réserver au frais ou au congélateur.
- Ce fumet de poisson sera utilisé aujourd'hui, pour la recette des cassolettes et la cuisson du riz pilaf.