

Bourride Sétoise

Préparation : 15 min.

Cuisson : 25 min.

Pour 4 Personnes :

1 kg de lotte (ou un autre poisson blanc)
2 poireaux
3 carottes
1 bulbe de fenouil
1 branche de céleri
1 oignon
1c.à s. de concentré de tomates
20 cl de vin blanc
20 cl de bouillon de légumes ; 2 feuilles de laurier
Huile d'olive, sel, poivre
½ baguette pour les croutons

Pour l'aïoli : 1 jaune d'œuf, 3 gousses d'ail ; 20 cl d'huile de tournesol

1. Epluchez et émincez l'oignon, émincez le bulbe de fenouil. Pelez et coupez les carottes et le céleri en morceaux de 1 cm et coupez les blancs de poireau x en tronçon de 2 cm.
2. Dans une cocotte versez un filet d'huile d'olive et faites-y revenir à feu vif les morceaux les morceaux de lotte pendant une minute sur chaque face. Ajoutez les légumes dans la cocotte et faites revenir 5 min supplémentaires.
3. Ajoutez le vin blanc, le bouillon de légumes, le concentré de tomates et le laurier, salez, poivrez. Faites mijoter 15 min à feu doux.
4. Pendant ce temps préparez l'aïoli. Pelez, dégermez et pressez les gousses d'ail. Dans un saladier, mettez le jaune d'œuf et l'ail, salez, poivrez et fouettez en versant l'huile en petit filet régulier pour obtenir une mayonnaise.
5. Quand le poisson est cuit, retirez-le du bouillon avec une écumoire et réservez-le dans un plat, au chaud. Dans un bol, déposez 2 c. à soupe d'aïoli, puis ajoutez-y 2 louches de bouillon prélevé dans la cocotte tout en fouettant.
6. Reversez le mélange dans la cocotte et faites épaissir en remuant pendant 3 min. remettez le poisson dans la cocotte.

7. Coupez la baguette en fines tranches puis faites-les griller (au grille-pain ou gril du four).
8. Tartinez ces croûtons d'aïoli et servez-les avec la bourride, accompagnée du reste d'aïoli.

Fondant au chocolat et cœur coulant au caramel salé

Pour 4 personnes :

100g de chocolat noir
80 g de beurre
60 g de sucre
40 g de farine
2 œufs
4 c. à soupe de caramel salé (maison ou commerce)

1. Faites fondre le chocolat et le beurre au bain-marie ou au micro-ondes, en mélangeant bien jusqu'à obtenir une texture lisse.
2. Dans un bol, battez les œufs avec le sucre jusqu'à obtenir un mélange mousseux.
3. Incorporez la farine : ajoutez progressivement la farine au mélange œufs-sucre, puis incorporez le mélange chocolat-beurre fondu.
4. Beurrez et farinez des ramequins ou des moules à fondant. Remplissez-les de moitié avec la pâte au chocolat, puis ajoutez une cuillère de caramel salé au centre et recouvrez du reste de la pâte.
5. Enfournez à 180°C (th. 6) pendant 10 à 12 minutes. Servez chaud avec une touche de caramel ou une boule de glace.