

SOUPE DE SANDRE

Ingrédients pour 4 personnes :

1 sandre entier vidé de 2,5 kg
1 oignon
1 tomate
10 cl d'huile d'olive
2 feuilles de laurier
2 brins de thym
1 gousse d'ail
Persil
1 œuf
50 grammes d'amandes effilées
2 cuillers à soupe de Pastis

Préparation :

Vider, ébarber, retirer la peau, couper la tête et lever les filets de sandre, garder la tête. Rincer les filets et bien les éponger. Peler et émincer l'oignon, rincer la tomate et la concasser.

Dans une casserole, faire chauffer l'huile et y faire revenir l'oignon et la tomate durant 4 ou 5 minutes. Ajouter un litre d'eau, le laurier, le thym et la tête du sandre. Faire cuire à petit frémissement durant 30 mn, passer au chinois et fouler avec une cuiller en bois. Peler la gousse d'ail, rincer et hacher le persil, faire cuire l'œuf dur.

Au mortier, piler ensemble les œufs, les amandes, l'ail et le persil. Escaloper les filets de sandre et les plonger dans le liquide de cuisson, verser le Pastis. Remettre sur le feu et porter de nouveau à frémissement 2 à 3 mn. Ajouter le contenu du mortier, remuer.

Servir aussitôt dans des assiettes creuses chaudes avec des croûtons de pain.

Prix de revient : 25 €

Vin conseillé : Menetou-Salon Rosé

*Source : Toques Nivernaises
Président 03.86.84.20.55 ou Animation 03.86.60.61.42
Page extraite du site www.nievre-tourisme.com*

