Coquilles de poissons

Entrée Facile

Pour : 9 personnes

Préparation : 15 mn
Cuisson : 40 mn

Les coquilles de poisson se conjuguent à l'infini... Toutes aussi savoureuses les unes que les autres...

Ingrédients

- 900 g de poissons - lieu noir, cabillaud et filet de julienne
- 250 g de champignons de paris égouttés
- 40 g de fromage râpé
- 20 g de beurre
- 100 g de crevettes
- 1 citron
- 2 l d'eau
- 2 clous de girofle
- 1 oignon
- 1 bouquet garni
- 1 cs de vinaigre
- 1 cs de sel
- 60 g de beurre
- 60 g de farine
- 60 g de fromage râpé
- 1 l de lait
- sel
- poivre
- muscade

Préparation

1. Préparez le court-bouillon. Faites bouillir l'eau avec le vinaigre, l'oignon piqué de clous de girofle, le bouquet garni et le sel pendant 15 minutes. Laissez-le refroidir.

2. Plongez le poisson dans le court-bouillon froid et remettez doucement la casserole à ébullition. Aux premiers bouillons, retirez la casserole du feu et laissez le poisson refroidir dans le court-bouillon.

3. Préparez la sauce Mornay: Dans une casserole, faites fondre le beurre sur feu doux. Ajoutez la farine et mélangez sur feu doux jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux.

4. Ajoutez-y le lait d'un seul coup. Remuez soigneusement jusqu'à ce que la sauce arrive à ébullition. Salez, poivrez et ajoutez une pointe de muscade. Laissez mijoter 15 minutes. En fin de cuisson ajoutez 60g de fromage râpé ainsi que le jus d'un citron.

5. Pendant ce temps, égouttez les poissons et écrasez-les grossièrement. Ajoutez-les à la sauce Mornay ainsi que les champignons égouttés et les crevettes. Mélangez puis répartissez votre préparation dans les coquilles.

6. Saupoudrez chaque coquille de fromage râpé et de noisettes de beurre. Mettez vos coquilles à gratiner dans un four bien chaud pendant 10 minutes. Bon appétit !

Proposé par

lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog"LES BONS RESTAURANTS"

Consulter son profil et ses recettes

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode