



Fruits de mer

Gombo aux fruits de mer



1h30

TEMPS TOTAL

30 min

PRÉPARATION

1h

CUISSON

0

REPOS

720

CALORIES

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Ecraser les gousses d'ail avec le plat de la lame du couteau. Les peler puis les hacher grossièrement. Réserver dans un bol.
- 2 Couper les extrémités de l'oignon blanc. Le peler puis le hacher grossièrement. Réserver avec l'ail.
- 3 Couper les extrémités des gombos. Puis couper des rondelles d'environ 1 cm d'épaisseur. Réserver dans un autre saladier.
- 4 Couper les tomates cerise en deux. Les réserver avec les gombos.
- 5 Couper un poivron vert en deux. Retirer la tige, les parties blanches et les pépins. Le couper en lanières, puis en dés. Réserver avec les gombos.
- 6 Couper les tiges de céleri en morceaux. Les ajouter aux gombos.
- 7 Mélanger tous les légumes.
- 8 Couper les extrémités du chorizo. Le couper en rondelles. Le réserver dans un autre bol.

Étape 2

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les fruits de mer et la saucisse

500 g **Crevettes roses**
12 unité(s) entière(s)
Huître
150 g **Chorizo**

Ingrédients pour les légumes

150 g **Gombo**
1 **Poivron(s)**
1 **Oignon(s)**
3 branche(s) **Céleri-
Branche**
150 g **Tomate(s) cerise**
2 **Gousse(s) d'ail**
30 g **Beurre**

Ingrédients pour le roux

1 litre(s) **Fumet de
poisson**
50 g **Farine**
25 g **Beurre**

Cuisson du gombo

- 1 Faire chauffer une sauteuse sur feu vif. Ajouter du beurre.
- 2 Quand le beurre commence à mousser, ajouter les oignons et l'ail. Les faire revenir pendant deux minutes.
- 3 Puis ajouter les légumes. Les mélanger et continuer la cuisson.
- 4 Mettre une casserole sur feu vif. Mettre le beurre, l'huile. Laisser fondre.
- 5 Quand le beurre est fondu, verser la farine. Bien fouetter.
- 6 Quand le mélange commence à fumer, baisser le feu ou transférer la casserole sur un feu plus petit. Ajouter alors les légumes et mélanger.
- 7 Ajouter le mélange d'épices Old bay, mélanger.
- 8 Puis verser le fumet de poisson. Ajouter du laurier et porter à ébullition.
- 9 Une fois à ébullition, baisser le feu et ajouter le chorizo puis la sauce piquante.
- 10 Laisser mijoter sur feu doux.

25 ml **Huile d'olive**
1 c. à soupe **Old Bay**
1 feuille(s) **Laurier**
1 c. à soupe **Sauce piquante**
0.5 **Citron(s)**

Ingrédients pour le riz

450 ml **Eau**
250 g **Riz Blanc**

Étape 3

Cuisson du riz

- 1 Amener à ébullition une casserole remplie d'eau.
- 2 Une fois l'eau à ébullition, verser le riz, mélanger, couvrir et laisser cuire pendant 30 minutes.
- 3 Décortiquer les crevettes. Réserver dans un saladier.
- 4 Ouvrir les coquilles d'huîtres et prélever la chair. Réserver la chair et le jus avec les crevettes.
- 5 Vérifier la cuisson du riz.
- 6 Ajouter les crevettes et les huîtres dans le gombo. Mélanger.
- 7 Presser le jus du citron dans le gombo.

Étape 4

Dressage

- 1 Verser du riz dans une assiette creuse.
- 2 Déposer le gombo dessus.