

Soupe de poissons d'eau douce



 Pour 4 à 6 personnes  30min

INGREDIENTS

Poissons d'eau douce: 700g

Carottes: 2

Oignon: 1

Poireau: 1/2

Ail: 5 gousses

Tomates: 2

Concentré de tomate: 2 càs.

Vin blanc: 6cl

Eau: 2,5l

Huile d'olive: 1/2 càs.

Thym frais: 2 branches

Piment d'Espelette en poudre

Sel & Poivre

INSTRUCTIONS

1. Faire revenir l'ail dans de l'huile chaude avec les morceaux de poisson. Les morceaux de poisson peuvent comprendre les arêtes et la carcasse ainsi que la carcasse d'écrevisses d'eau douce.
2. Eplucher, couper et ajouter les carottes et l'oignon. Couper et ajouter la tomate et le poireau. Ajouter le concentré de tomate. Mélanger. Ajouter le vin blanc, de sel, poivre et du piment d'Espelette. Ajouter de l'eau et laisser mijoter à feu doux pendant 1 heure.
3. Mixer le tout à l'aide d'un mixeur.
4. Rectifier l'assaisonnement et passer la soupe au chinois.