



Blanquette de la mer aux 2 poissons



Ingrédients (pour 2 adultes et un petit gastronome) :

350g de poissons mélangés (lieu noir et saumon)

1L de bouillon de légumes

2cs de crème fraîche

1 jaune d'oeuf

1 cs de jus de citron

sel et poivre du moulin

Portez à ébullition le bouillon de légumes. Faites-y pocher les poissons (coupés en gros morceaux) pendant 4 min, réservez au chaud.

Dans une petite casserole, fouetter le jaune d'oeuf et la crème. Faites chauffer doucement en ajoutant le citron et une louche de bouillon. La sauce doit épaissir, salez et poivrez à votre goût.

Servez le poisson nappé de sauce avec du riz et un flan de brocolis.