

Cocottes de fruits de mer safranées:

Préparation :

La veille, mettez le safran dans la crème pour le faire infuser.

1) Épluchez et hachez les échalotes. Faites fondre le beurre dans un faitout et mettez les échalotes à suer sans colorer.

2) Ajoutez le calamar, le vin, le fumet de Poisson, salez, poivrez et laissez cuire 5min. Ajoutez les autres fruits de mer et la crème infusée au safran puis laissez cuire encore 5min sans faire bouillir.

3) Répartissez le tout dans les cocottes et servez. Avec du riz par exemple.

Ingrédients (4 pers.)

2 échalotes
30g de beurre
100g de calamars
120g de noix de St-Jacques (petites)
100g de moules cuites (décortiquées)
120g de crevettes cuites (décortiquées)
12cl de crème liquide
5cl de vin blanc
10cl de fumet de poisson
Sel, poivre
16 filaments de safran

