



## **Tout est bon dans le poisson**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Tout est bon dans le poisson

*Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham*

**Tout est bon dans le poisson** Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham

 [Télécharger Tout est bon dans le poisson ...pdf](#)

 [Lire en ligne Tout est bon dans le poisson ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Tout est bon dans le poisson Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham

156 pages

Extrait

Terrine de raie au concombre

Elle demande un peu de temps mais se prépare 24 heures à l'avance. Ce qui permet de goûter une satisfaction paisible quand on la sert dans toute sa subtilité.

- Épluchez et lavez la carotte, le poireau, le céleri, l'échalote. Émincez-les très fins. Pelez le citron à vif et coupez-le en tranches. Mettez le tout dans une casserole, mouillez avec le vin blanc et l'eau. Salez au gros sel. Ajoutez 10 à 15 grains de poivre, le bouquet garni et portez à ébullition 15 minutes pour obtenir un court-bouillon.

- Lavez la raie et plongez-la dans le court-bouillon chaud. Faites-la cuire, sans bouillir, pendant 15 à 20 minutes.

- Épluchez le concombre et, avec un économe, faites des lamelles de 2 à 3 millimètres les plus longues possibles jusqu'au coeur du concombre. Disposez ces lamelles dans une assiette creuse et saupoudrez-les de sel fin. Laissez-les dégorger au frais pendant une trentaine de minutes.

- Mettez les feuilles de gélatine à tremper dans de l'eau froide.

- Retirez la raie du court-bouillon, égouttez-la bien. Enlevez la peau fine qui la recouvre puis levez les filets en suivant le cartilage du poisson. Disposez une première couche de filet de raie dans la terrine recouverte d'un film alimentaire (cela facilitera le démoulage).

- Passez au chinois le court-bouillon de cuisson et prélevez-en un demi-litre. Rectifiez l'assaisonnement et incorporez-y, pendant qu'il est encore chaud, les feuilles de gélatine essorées.

- Égouttez soigneusement les lamelles de concombre. Disposez-en la moitié sur la première couche de raie. Remettez une couche de filet de poisson. Étalez de nouveau une couche de concombre et terminez avec la raie. Versez dans la terrine le demi-litre de court-bouillon gélatine en tapotant la terrine afin qu'il s'infilte bien entre les différents ingrédients. Le court-bouillon doit recouvrir tous les éléments jusqu'au-dessus de la dernière couche de raie. Réfrigérer jusqu'au lendemain. Présentation de l'éditeur

Tout est bon dans le cochon, est-il coutume de dire.

Tout est bon dans le poisson, rétorque Ariette Sirot. En rillettes ou en andouillettes, en pot-au-feu ou en blanquette, en gâteau ou en clafoutis, le poisson c'est vraiment bon, de la tête à la queue !

Pauvre en graisse, riche en protéines, minéraux, oligoéléments et autres oméga 3, le poisson a la cote ! Seulement on ne sait pas toujours préparer les plats familiaux qui mijotent tranquillement ou que l'on peut cuisiner à l'avance, pour manger sainement ce poisson réputé si bon à la santé. On ne sait pas non plus tirer parti des joues, des foies ou des têtes, des oeufs et des laitances, de toute la richesse de ce produit noble entre tous qu'est le poisson. En 80 recettes de bonne vivante, faciles à préparer et résolument conviviales. Ariette Sirot nous invite à sortir des sempiternels filets vapeur pour jouer à la fois sur le goût et sur l'originalité de la présentation : en cassoulet ou en pain perdu, le poisson change d'allure ; en boudins ou en attriaux, on ne le reconnaît plus ; avec le foie gras de la mer ou le kouloubiac de saumon, on surprend carrément.

Un grand nombre des recettes d'Ariette peuvent être préparées à l'avance. Elles sont bonnes, originales voire carrément bluffantes. Le livre qui change le poisson ! Biographie de l'auteur

Ancienne restauratrice au Cap-Ferret, à Belle-Ile-en-Mer et à Avoriaz, Arlette Sirot est une formidable cuisinière qui collabore à chaque numéro de la revue Régal pour laquelle elle concocte le menu de saison.

Elle a publié plusieurs ouvrages aux Editions du Rouergue : Recevoir autour d'une soupe, Recevoir paresseusement, Recevoir autour d'un verre et Comment les cuisiner, tous imaginés avec sa complice et amie Colette Gouvion à qui l'on doit également la belle idée de Tout est bon dans le poisson. Photographie

spécialisée dans le domaine culinaire et la nature morte, travaillant principalement pour les grands titres de presse en France comme à l'étranger, Iris Sullivan a signé les images de nombreux ouvrages parmi lesquels on peut citer, aux Editions Minerva, Le Miel, un livre gourmand.

Download and Read Online Tout est bon dans le poisson Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham #6J9XPCY4IS3

Lire Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham pour ebook en ligne Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham à lire en ligne. Online Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham ebook Téléchargement PDF Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham Doc Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham Mobipocket Tout est bon dans le poisson par Arlette Sirot, Iris Sullivan, Colette Gouvion, John Bentham EPub

**6J9XPCY4IS36J9XPCY4IS36J9XPCY4IS3**