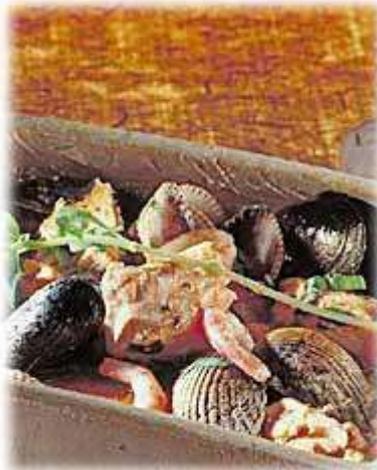


Cioppino de truite



Pour 4 personnes :

200 gr d'oignons et 2 oignons de printemps, 2 poivrons verts, 5 gousses d'ail, 4 tomates en grappes, 250 g de tomates en conserve, 2 feuilles de laurier, 1/2 cuillère à café d'origan, 10 cl d'huile d'olive, 1/2 cuillère à café de marjolaine, 25 cl de vin blanc sec, 100 gr de crevettes non décortiquées, 100 gr de moules, 100 gr de coques, 300 gr de filet de truite, 1 cuillère à soupe de persil ciselé, 1 cuillère soupe de basilic ciselé, sel et poivre.

Préparation (30 min.) et **cuisson** (30 min.) :

Préparer un bouillon à partir des moules, des coques et du vin blanc sec. Mettre de côté les coquillages. Décortiquer les crevettes, mettre les pelures dans le fumet avec un peu d'eau. Passer au chinois. Couper l'ail et l'oignon en rondelles et faire sauter rapidement dans l'huile à la poêle. Ajouter ensuite les oignons de printemps et les poivrons en dés ainsi que les herbes sèches et faire sauter encore 2 à 3 minutes. Verser les tomates en conserve, les tomates coupées en dés et le fumet. Faire chauffer 30 minutes sur feu moyen. Saler et poivrer. Vous pouvez préparer la soupe la veille. Elle sera meilleure une fois réchauffée. Avant de servir, ajouter la truite en dés (3x3 cm) et porter à ébullition. Ajouter les coquillages, les crevettes, le persil et le basilic juste avant de servir.